



Grafschafter Selbsthilfe- gruppen



Ausgabe 9 **2019**

die grafschaft
Gesundheitsförderung und Selbsthilfe





Grafschafter Selbsthilfe- gruppen

Ausgabe 9 **2019**

auch online unter
selbsthilfe.grafschaft-bentheim.de



Selbsthilfegruppen, die in dieser Broschüre noch nicht erwähnt sind, in einer Neuauflage aber berücksichtigt werden möchten, können sich im Büro für Gesundheitsförderung und Selbsthilfe melden.

Vorwort

Sehr geehrte Damen und Herren,

in der Grafschaft Bentheim gibt es tausende Menschen, die sich in der Selbsthilfe ehrenamtlich engagieren. Mehr als 100 Gruppen bieten wertvolle Unterstützung, die den Betroffenen zu mehr Lebensqualität verhelfen. Angesichts der stetig steigenden Zahl von Gruppen ist es für Betroffene wie Angehörige wichtig, einen Überblick über die verschiedenen Angebote zu erhalten. Diese Übersicht bietet der neue Wegweiser „Grafschafter Selbsthilfegruppen“, der nun schon in der 8. Auflage vorliegt.

Die Selbsthilfebewegung hat in den vergangenen Jahren an sozial- und gesundheitspolitischer Bedeutung gewonnen. Die Selbsthilfe hat sich als 4. Säule im Gesundheitswesen etabliert. Gruppen entstehen, weil Menschen aus eigener Kraft und zusammen mit anderen ihre Lebenssituation verbessern wollen. Ob es um Krankheit, Behinderung, Sucht oder die Bewältigung von Schicksalsschlägen geht: In der Gemeinschaft ist das Leid oft besser zu ertragen. Jedes Mitglied gibt dabei sein Erfahrungswissen an die Gruppe weiter.

In der Gruppe lernen Betroffene ihre eigene Situation realistischer einzuschätzen, ihre Ansprüche und Erwartungen an sich, an ihre Mitmenschen und an Professionelle im Gesundheits- oder Sozialwesen neu auszurichten.

Unterstützung gibt es auch bei der Selbsthilfekontaktstelle des Landkreises. Sie bietet Starthilfe bei der Gruppengründung und Förderanträgen, Unterstützung bei organisatorischen Fragen, bei der Öffentlichkeits- und Vernetzungsarbeit und vermittelt Kontakte zu Fachleuten. Wir stehen Ratsuchenden helfend zur Seite.

Es ist uns ein Anliegen, dass viele Menschen erfahren, wie groß die Angebotsvielfalt in der Grafschaft ist. Dieser Wegweiser soll Interessierte über die Möglichkeiten der Selbsthilfe informieren und sie ermutigen, sich einer Selbsthilfegruppe anzuschließen. Allen Mitgliedern und Ansprechpersonen, die ihre Kontaktdaten für den Wegweiser bereitgestellt haben und Engagierten in den vielen verschiedenen Gruppen gilt – auch im Namen der zahlreichen Betroffenen – unser herzlicher Dank.

Ihre



Dr. Annegret Hölscher
Leiterin Selbsthilfekontaktstelle des Landkreises Grafschaft Bentheim

Stand: 07/2019. Änderungen bezüglich der Treffpunkte u.a. sind jederzeit möglich. Bitte informieren Sie sich daher vorab noch einmal telefonisch oder über die Website.

Inhalt

Adipositas/Übergewicht	Seite 08
Adoption	Seite 09
AIDS	Seite 10
Alkoholabhängigkeit/Sucht	Seite 11
Alleinerziehende	Seite 25
Analphabeten	Seite 27
Apoplex, Schlaganfall, Aphasie	Seite 28
Aufmerksamkeits-Defizit (Hyperaktivitäts-)Syndrom	Seite 33
Autismus	Seite 37
Behinderungen	Seite 38
Beziehungssituationen/ Trennung/Scheidung	Seite 48
Blindheit/Sehbehinderung	Seite 50
Borderline	Seite 54
Demenz/Alzheimer	Seite 55
Depressionen	Seite 58
Diabetes mellitus	Seite 62
Down-Syndrom	Seite 63
Drogenabhängigkeit	Seite 65
Epilepsie	Seite 67
Ess-Störungen	Seite 68
Fibromyalgie	Seite 70
Frauen 50 plus	Seite 71
Frühgeburt	Seite 72
Gefäßliga	Seite 73
Gehörlose	Seite 74
Hauterkrankungen	Seite 75
Herzerkrankungen	Seite 76
Hochbegabte Kinder	Seite 80
Homosexualität	Seite 82
Hyperhidrose	Seite 83
IVS-Band	Seite 84

Krebserkrankungen	Seite 85
Lange Menschen	Seite 90
Lernbehinderungen	Seite 91
Leselernhelfer	Seite 92
Lungenerkrankungen	Seite 94
Mobbing	Seite 95
Morbus Bechterew	Seite 96
Multiple Sklerose	Seite 97
Neurologische Erkrankungen	Seite 99
Organtransplantationen	Seite 100
Parkinson	Seite 102
Psychische Erkrankungen	Seite 103
Restless legs Syndrom	Seite 105
Rheumatische Erkrankungen	Seite 106
Schädel-Hirn-Verletzte	Seite 110
Schmerz	Seite 111
Selbstwerttraining	Seite 112
Sexuelle Gewalt	Seite 114
Spielsucht	Seite 115
Sprache	Seite 116
Stoma	Seite 117
Transgender	Seite 118
Trauer	Seite 119
Traumaerfahrung	Seite 122
Wachkoma	Seite 126
Zöliakie	Seite 127
Weitere Verbände, Institutionen und Vereine	Seite 128
Überregionale Informationen über Selbsthilfekontaktstellen	Seite 136
Selbsthilfekontaktstellen in unserer Nachbarschaft	Seite 137

Gesundheitsförderung und Selbsthilfe

ANSCHRIFT

Gesundheitsamt des Landkreises Grafschaft Bentheim
Am Bölt 27, 48527 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Montags bis freitags von 08.00 – 12.00 Uhr
Donnerstags von 15.00 – 17.00 Uhr

KONTAKT

Dr. Annegret Hölscher,
Bölt 27, 48527 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 96 18 67, Fax (0 59 21) 96 18 77
E-Mail: annegret.hoelscher@grafschafft.de
www.selbsthilfe.grafschafft-bentheim.de

Seit April 1999 arbeitet das Büro für Selbsthilfe und Gesundheit unter der Trägerschaft des Landkreises Grafschaft Bentheim. Die Selbsthilfekontaktstelle ist für ca. 100 Selbsthilfegruppen im Landkreis Grafschaft Bentheim zuständig.

Als Fachinstitution für den gesundheitlichen, psychischen und sozialen Selbsthilfebereich unterstützt und begleitet die Selbsthilfekontaktstelle Menschen, die sich eigenverantwortlich für ihre Belange einsetzen und nach Lösungsmöglichkeiten suchen.

Die Kontaktstelle arbeitet niedrigschwellig, problemorientiert und institutionsübergreifend. Sie hält Kontakte zu Einrichtungen der sozialen Hilfe, Behörden, Ärzten, Krankenkassen, Beratungsstellen und Bildungseinrichtungen. Sie ist eine wichtige Vernetzungsstelle aller sozialen und gesundheitlichen Handlungsfelder und Drehscheibe vieler Aktivitäten in Bezug auf Selbsthilfe in der Grafschaft Bentheim geworden.



Das Angebot des Büros für Selbsthilfe und Gesundheit richtet sich an alle Interessierten: Einzelne, Selbsthilfegruppen, -initiativen, -organisationen, Professionelle im Sozial- und Gesundheitsbereich sowie die Öffentlichkeit. Zum Selbstverständnis und zur Zielsetzung unserer Arbeit gehört, daran mitzuwirken, Selbsthilfe zu einem akzeptierten und wichtigen Leistungsträger des bürgerlichen Engagements in unserer Region Grafschaft Bentheim zu machen.

Selbsthilfegruppe Adipositas Grafschaft Bentheim

ANSCHRIFT

Bibliothek EUREGIOKLINIK,
Albert-Schweitzer-Straße 10, 48529 Nordhorn

TREFFEN

Gruppe 1: jeden 2. Mittwoch im Monat um 19.00 Uhr
Gruppe 2: jeden 4. Donnerstag im Monat um 19.00 Uhr

KONTAKT

Gruppe 1:
Monika Wiechmann
Kirchstraße 5
49824 Emlichheim
Telefon (0174) 4227562
E-Mail: mwiechmann59@web.de

Gruppe 2:
Nadine Deselaers
Telefon (0174) 9755487

Eva Krüssel
Telefon (0172) 3287300

Jasmin Kerkoff
Telefon (0173) 9192957

Unterstützt wird die Gruppe von Dr. N. Dogan, Chefarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie.

Als Adipositas wird die Fettleibigkeit, die durch übermäßige Vermehrung des Körperfettes mit krankhaften Auswirkungen gekennzeichnet ist. Ab einem Body-Mass-Index (BMI) von 30 kg/qm spricht man von Adipositas.

Die Gruppe richtet sich an alle, die sich in Sachen massives Übergewicht bzw. Adipositas austauschen wollen, mit oder ohne Magenverkleinerung.

„Wer kommt in unsere Arme“ Treff für Eltern rund um Pflege und Adoption

ANSCHRIFT

Mehrgenerationenhaus Senfkorn, Emlichheim,
Wilsumer Straße 2 – 4, 49824 Emlichheim

KONTAKT

Johanne Gosink,
Poststraße 2, 49828 Esche
Telefon (0 59 41) 9 83 77
E-Mail: jo.gosink@t-online.de
www.mgh-senfkornde.de

Austausch über die besonderen Herausforderungen
im Leben als Pflege- bzw. Adoptiveltern.

AIDS-Hilfe Grafschaft Bentheim e.V.

ANSCHRIFT

Große Gartenstraße 14, 48529 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Mittwochs von 15.00 – 16.00 Uhr

KONTAKT

Carsten Kerkemeyer,

Telefon (0 59 21) 76 50 oder (0 59 21) 5 41 21

E-Mail: aidshilfe-noh@gmx.de und

info@aidshilfe-emsland.de

www.aidshilfe-grafschaft-bentheim.de

- Beratung zu allen Fragen bei HIV und AIDS
- Telefonberatung und persönliche Gespräche
- Praktische Hilfe bei allen durch die Krankheit verursachten Probleme
- Primärprävention
- Kontaktaufnahme zu anderen Beratungsstellen, Therapeuten, Ärzten und Seelsorgern
- Informationsveranstaltungen an Schulen, VHS, Krankenhäusern und Vereinen

Anonyme Alkoholiker

ANSCHRIFT

Paritätischer, Große Gartenstraße 14, 48529 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Nach Vereinbarung

TREFFEN

Jeden Freitag, 20.00 – 22.00 Uhr

Paritätischer, Große Gartenstraße 14, 48529 Nordhorn

KONTAKT

Heinz, Telefon (0 59 24) 50 28

www.anonyme-alkoholiker.de

Anonyme Alkoholiker sind eine Gemeinschaft von Männern und Frauen, die miteinander ihre Erfahrung, Kraft und Hoffnung teilen, um ihre gemeinsamen Probleme zu lösen und anderen zur Genesung vom Alkoholismus zu verhelfen.

Die Mitglieder der Gruppe kennen sich nur mit Vornamen.

Al-Anon für Angehörige von Alkoholikern

ANSCHRIFT

Paritätischer, Große Gartenstraße 14, 48529 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Nach Vereinbarung

TREFFEN

Jeden Freitag, 20.00 – 22.00 Uhr

Paritätischer, Große Gartenstraße 14, 48529 Nordhorn

KONTAKT

Agnes, Telefon (0 59 24) 50 28

Fenny, Telefon (0 59 23) 96 85 08

www.al-anon.de

In der Al-Anon Gruppe treffen sich Angehörige und Freunde von Alkoholikern, um ihre Erfahrung, Kraft und Hoffnung miteinander zu teilen und ihre gemeinsamen Probleme zu lösen.

Die Mitglieder der Gruppe kennen sich nur mit Vornamen.

Blaues Kreuz Deutschland e.V.

Begegnungsgruppe Nordhorn

ANSCHRIFT

Frau Ingrid Kampert
Vorwalder Str. 33, 49824 Laar
Telefon (0 59 47) 5 63
E-Mail: ingridkampert@web.de
Marianne Weustink
Mobil 0151 56198094

TREFFEN

Dienstags von 19.00 – 21.00 Uhr

FRAUENBEGEGNUNGSGRUPPE

„Frauenfrühstück“

Jeden 2. Dienstag im Monat von 9.30 – 11.30 Uhr
mit Gesine Trulsen, Telefon (0 59 21) 3 52 28

Die Suchtselbsthilfegruppe bietet einen Raum des Vertrauens und der Entwicklung, in der die Teilnehmenden sich gegenseitig HALT und HOFFNUNG geben, um zu ihrem jetzigem „SO-Sein“ zu stehen, den Weg in ein suchtfreies Leben zu gehen und zu ihrem „wahren Selbst“ zu finden. Die Gruppe bietet Hilfe zur Selbsthilfe durch gegenseitiges Willkommen sein, Verständnis, ehrliches Interesse aneinander sowie gegenseitige Wertschätzung und Annahme in der Andersartigkeit. Die Gruppe begegnet sich auf Augenhöhe in der Hoffnung auf ein freieres erfüllteres Leben beschenkt durch ihre Vielfältigkeit und der Gewissheit: Gott ist mit uns allen.

DRK Selbsthilfegruppe für Suchtkranke

ANSCHRIFT

Schulstraße 19, 48527 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Dienstags von 19.00 – 21.00 Uhr
im Mehrgenerationenhaus,
Schulstraße 19, 48527 Nordhorn

KONTAKT

Thomas Lambers
Elskamp 21, 48531 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 3 08 36 66
Mobil 0172/5607362
E-Mail: th.lambers@web.de

Die Suchtkranken und ihre Angehörigen möchten ihre Erfahrungen weitergeben, möchten Probleme lösen helfen. Sie hören einander zu und bieten Einzelgespräche und Hausbesuche an. Unter dem Motto „eine zufriedene Abstinenz erreichen“ möchte die Selbsthilfegruppe zeigen, dass Alkoholmissbrauch durch alle Gesellschaftsschichten geht, häufig verursacht durch Partnerschaftsprobleme, Arbeitslosigkeit und Einsamkeit.

Die Aktivitäten der Gruppe beinhalten auch Angebote wie Kegeln, Grillabende, Kloatscheeten und Spiel- und Klönnachmittage.

Seit Mai 2015 besteht bei uns eine gesonderte Gruppe für Drogen- und Medikamentenabhängige.

Kreuzbund Grafschaft Bentheim e.V.

ANSCHRIFT

NINO-Allee 4, 48529 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 1 79 62 52
und Kath. Pfarrheim St. Josef,
Hauptstraße, 49824 Emlichheim

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

montags und dienstags 19.00 – 21.00 Uhr

TREFFEN

Gruppentreffen in Nordhorn
Alle 14 Tage von 19.00 – 21.00 Uhr
Gruppentreffen in Emlichheim
Alle 14 Tage von 19.30 – 21.30 Uhr
Frauengruppe: 1 x im Monat



Hilfe und Selbsthilfe für Suchtkranke ist das Ziel des Kreuzbundes. Die Gruppe will informieren und motivieren. Der Süchtige erhält begleitende Hilfe, die Möglichkeit der Begegnung und Nachsorge und soll so eine zufriedene Abstinenz erreichen.

Der Kreuzbund bietet Seminare, Freizeiten und diverse Veranstaltungen für seine Mitglieder an.

Kreuzbund Grafschaft Bentheim e.V.

KONTAKT

Angelika Arens

Emslandstraße 26, 49824 Emlichheim

Telefon (0 59 43) 17 56

E-Mail: gregor.aren@gmx.de

Hermann Assen

Westersand 10b, 49824 Emlichheim

Telefon (0 59 43) 75 72

E-Mail: hermann.assen@gmx.de

Heinz Peters

Nelkenstraße 1, 49824 Emlichheim

Telefon (0 59 43) 18 43

E-Mail: peters.eml@web.de

Wolfgang Trost

Neustadtstraße 14, 48455 Bad Bentheim

Telefon (0 59 22) 38 25

Mobil 0175 7084571

E-Mail: wolfgang2802@t-online.de

Freundeskreis Siloah Nordhorn – Selbsthilfe gegen Sucht

ANSCHRIFT

Gerlinde Jentsch, Tulpenstraße 29, 48455 Bad Bentheim

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

9.00 – 21.00 Uhr

TREFFEN

Dienstags von 19.00 – 21.00 Uhr
im Gemeindehaus der Martin-Luther Kirche,
Klarastraße 25, 48529 Nordhorn

KONTAKT

Gerlinde Jentsch, Tulpenstraße 29, 48455 Bad Bentheim
Telefon (0 59 24) 9 97 12 98
Mobil 0151/43244217
E-Mail: gerlinde.jentsch@t-online.de

Der Freundeskreis Siloah ist eine Selbsthilfegruppe, in der sich Suchtkranke und deren Angehörigen regelmäßig treffen, um sich kennen zu lernen, Vertrauen zueinander aufzubauen, sich gegenseitig Hilfe zu geben und mit Rat und Tat Hilfe zur Selbsthilfe zu vermitteln.

In Gruppen, Kleingruppen und Einzelgesprächen finden wir zu möglichen Problemen immer wieder Lösungen für ein Leben in Zufriedenheit.

Wir genießen auch unsere suchtmittelfreien Aktivitäten, immer mit dem festen Willen zum Erfolg: zufrieden und abstinenz zu leben.

Wir begleiten auch unsere Mitglieder auf Wunsch zu Gesprächen, Beratungen und Ähnliches. Wir sind ehrenamtlich tätig und halten uns an unser Versprechen zur Verschwiegenheit und Vertraulichkeit.

Siloah-Freundeskreis in der Graf-schaft Bentheim, Nordhorn (Montags-gruppe) – Selbsthilfe gegen Sucht

ANSCHRIFT

ev.-luth. Diakonisches Werk (im Compass-Haus)
NINO-Allee 4 48529 Nordhorn

TREFFEN

Montags von 20.00 – 22.00 Uhr
im Gemeindehaus der Christus-Kirche,
Dahlienstraße 64, 48527 Nordhorn

KONTAKT

Heinrich Fielers, Lutherstraße 6,
49835 Wietmarschen-Lohne
Telefon (0 59 08) 16 36
E-Mail: h.fielers@online.de

Der Siloah Freundeskreis ist eine Selbsthilfegruppe, in dem sich Suchtkranke und deren Angehörige regelmäßig treffen.

Wir vom Siloah Freundeskreis bieten Sprechstunden an, im COMPASS Diakonie-Caritas Haus NINO-Allee 4, 48529 Nordhorn, Zimmer 212
Telefon (0 59 21) 8 11 11 62

Jeden **zweiten Mittwoch** im Monat von 14 Uhr bis 16 Uhr steht ein Ansprechpartner (Gruppenbegleiter, Angehörigen Beauftragte) oder Person nach Wahl für ein Gespräch zur Verfügung. Während dieser Zeit sind wir im Haus erreichbar.
Telefon (0 59 21) 8 11 11 62

Oder über Frau Hildebrandt
Telefon (0 59 21) 8 11 11 60

Es können auch Termine mit den einzelnen Gruppen getroffen werden.

Siloah-Freundeskreis Bentheim, Gruppe Gildehaus – Selbsthilfe gegen Sucht

ANSCHRIFT

Kuhkamp 35, 48455 Bad Bentheim-Gildehaus

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Nach Vereinbarung

TREFFEN

Gruppe jeweils freitags von 20.00 – 22.00 Uhr

KONTAKT

Ralf Olthoff

Dorfstraße 8, 48455 Bad Bentheim-Gildehaus

Telefon (0 59 24) 52 49

E-Mail: siloah-gildehaus@jodexhus.de

Der Siloah Freundeskreis ist eine Selbsthilfegruppe, in dem sich Suchtkranke und deren Angehörige regelmäßig treffen.

Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Siloah Uelsen

ANSCHRIFT

Reinhard Eichholz
Wedekindhof 8, 49843 Uelsen

TREFFEN

Montags von 20.00 – 22.00 Uhr
im ev.-luth. Gemeindehaus Uelsen, Bookesch 17

KONTAKT

Reinhard Eichholz
Wedekindhof 8, 49843 Uelsen
Telefon (0 59 42) 17 15
Mobil 0174/6859581
E-Mail: rmeichholz@hotmail.de

Der Siloah Freundeskreis ist eine Selbsthilfegruppe,
in dem sich Suchtkranke und deren Angehörige
regelmäßig treffen.

Siloah-Freundeskreis Emlichheim – Selbsthilfe gegen Sucht

ANSCHRIFT

AWO, Hauptstraße 21, 49824 Emlichheim

TREFFEN

14-tägig donnerstags von 20.00 – 22.00 Uhr
AWO, Hauptstraße 21, 49824 Emlichheim

KONTAKT

Robert de Klerk
Beethovenstraße 13, 49824 Emlichheim
Telefon (0 59 43) 98 42 22
robertojacketi@t-online.de

Der Siloah Freundeskreis ist eine Selbsthilfegruppe,
in der sich Suchtkranke und deren Angehörige
regelmäßig treffen.

SAM Selbsthilfe für Abhängige und Betroffene

ANSCHRIFT

Katholisches Gemeindehaus, Veldhausen
Bahnhofstraße 16, 49828 Neuenhaus-Veldhausen

TREFFEN

Alle 14 Tage, Dienstags, 19-21 Uhr im kath.
Gemeindehaus, Bahnhofstraße 16 in Neuenhaus-Veldhausen

KONTAKT

Peter Richter, Mobil 0172 3665262

Heike Berens, Mobil 0173 9301392

Telefon (0 59 41) 9 25 69 96

Mobil 0172 3 66 52 62

E-Mail: richter-nhs@t-online.de

www.sam-suchtselbsthilfe.com

Die Selbsthilfegruppe SAM wurde am 06.11.2018 gegründet als Begegnungs- und Anlaufstelle für Menschen mit problematischem oder abhängigen Konsumverhalten bzgl. Alkohol, Medikamenten, Drogen u.a.

SAM wurde aus dem Wunsch heraus ins Leben gerufen, wieder zu den Wurzeln der Selbsthilfe zurückzukehren, wo noch der Mensch im Mittelpunkt steht - mit all seinen Ängsten, Befürchtungen und Zweifeln, aber auch mit seiner Hoffnung; und wo sich eine Gruppe gleichgesinnter noch „selbst hilft“.

Daher ist SAM selbstständig und nicht verbandlich oder vereinsmäßig organisiert.

Jeder, der einen neuen Weg hinein in ein freies und selbstbestimmtes Leben und Erleben einschlagen will, ist willkommen.

SAM ist offen für Betroffene genauso wie für Mitbetroffene wie Angehörige, Freunde oder Bekannte. Sucht ist eine „Familienkrankheit“.

Verein für Sozialmedizin Nordhorn

ANSCHRIFT

Karlstraße 13, 48527 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Montags – freitags von 8.00 – 12.00 Uhr

Montags – mittwochs von 14.30 – 17.30 Uhr
und nach Vereinbarung

KONTAKT

Marlies Ede, Anja Heinze,

Telefon (0 59 21) 25 44, Fax (0 59 21) 7 47 67

E-Mail: vsm-nordhorn@web.de

www.vsm-nordhorn.de

Inhaltliche Arbeit in der Selbsthilfegruppe:

- Problembewältigung
- Aufarbeitung von Rückfällen
- Hilfestellung bei Arbeitslosigkeit
- Partnergespräche
- Themenbezogene Gruppen

(Verantwortung übernehmen, Zeit zum Leben)

Wir sind eine Selbsthilfegruppe für Suchterkrankte
und deren Angehörige.

Verein für Sozialmedizin Schüttorf/Bad Bentheim e.V.

ANSCHRIFT

Eckhard Schevel
Ohner Straße 99, 48465 Schüttorf

TREFFEN

Donnerstags von 19.30 – 21.00 Uhr
„Haus der Diakonie“, Finkenstr. 19, Schüttorf
oder nach Vereinbarung

KONTAKT

Eckhard Schevel
Ohner Straße 99, 48465 Schüttorf
Telefon (0 59 23) 38 20
E-Mail: eckhard.schevel@t-online.de

Helene Höhn
Am Wehr 2, 48465 Samern
Telefon (0 59 23) 47 02

Dorothea Sanders
Ziegelstraße 2
48465 Schüttorf/Suddendorf
Telefon (0 59 23) 38 61

www.vsm-schuettorf.de.vu

Der VSM Schüttorf/Bad Bentheim e.V. ist eine Selbsthilfegruppe für Suchterkrankte und deren Mitbetroffene/Angehörige.

Themenschwerpunkt: Alkohol-Abhängigkeit, weitere stoffgebundene Süchte wie von Medikamenten und von illegalen Drogen.

Auf Vereinbarung sind auch Einzelgespräche möglich.

Gesprächskreis „Alleinerziehende“

ANSCHRIFT

Aatalstraße 53, 49824 Emlichheim

TREFFEN

Mehrgenerationenhaus „Senfkorn“
Wilsumer Straße 2-4, 49824 Emlichheim

KONTAKT

Silke Gosink,
Aatalstraße 53, 49824 Emlichheim
Telefon (0 59 43) 42 54
Mobil 0160 6673025
E-Mail: s.gosink@web.de

- regelmäßige Treffen
- Erfahrungsaustausch
- Gespräche
- Lachen und Spaß haben
- gegenseitige Unterstützung
- Aktivitäten starten

Treffpunkt für allein- erziehende Mütter und Väter

ANSCHRIFT

Kath. Familienbildungsstätte
Steinmaate 2, 48529 Nordhorn

TREFFEN

jeden 2. Mittwoch im Monat, 16.30 – 18.30 Uhr,
mit Abendbrot, im Kaminzimmer
der Kath. Familienbildungsstätte,
Steinmaate 2, 48529 Nordhorn

KONTAKT

Petra Brinkers
Kath. Familienbildungsstätte
Steinmaate 2, 48529 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 89 91 0
E-Mail: petra.brinkers@bistum-osnabrueck.de

Alleine den Alltag organisieren, die Kinder erziehen, den Lebensunterhalt sichern, Verantwortung tragen – all das kostet Kraft. In einer Gruppe gemeinsam Erfahrungen austauschen, Unterstützung geben, das soziale Netzwerk erweitern, Aktivitäten starten, Entspannung finden, Lebensfreude entdecken – das alles gibt Kraft. Dazu möchte die offene Gruppe „Treffpunkt“ beitragen. Kostenlose Kinderbetreuung wird angeboten.

SHG für Analphabeten

ANSCHRIFT

Volkshochschule Grafschaft Bentheim
Bernhard-Niehues-Straße 49, 48529 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

montags bis freitags 9.00 – 12.30 Uhr
mittwochs 14.30 – 16.00 Uhr und auf Anfrage

TREFFEN

vormittags, nachmittags und abends einmal die Woche

KONTAKT

Karola Langenhoff
Bernhard-Niehues-Straße 49, 48529 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 83 65 17, Fax (0 59 21) 83 65 10
E-Mail: langenhoff@vhs-nordhorn.de
www.vhs-grafschaft-bentheim.de

Die Gruppen richten sich an Erwachsene, die

- nicht oder nur wenig lesen
oder schreiben können oder
- große Rechtschreibprobleme haben oder
- lesen, aber kaum schreiben können.

Der Unterricht findet in kleinen Gruppen statt.

Die Teilnehmer arbeiten im eigenen Lerntempo und ohne Leistungsdruck.

Lassen Sie sich unverbindlich beraten. Ein vertrauliches Anfangsgespräch hilft Fragen zu klären und erleichtert den Einstieg in die passende Gruppe.

Sollten Sie Personen kennen, für die eine solche Gruppe interessant sein könnte, bitten wir Sie, diese auf unser Angebot aufmerksam zu machen.

Schlaganfall Selbsthilfegruppe Bad Bentheim

ANSCHRIFT

Christiane Werning
Dietrich-Bonhoeffer-Straße 5, 48455 Bad Bentheim

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Nach Vereinbarung

TREFFEN

Jeden 3. Freitag im Monat, 15.00 – 17.00 Uhr
Fachklinik Bad Bentheim, Haus des Gastes

KONTAKT

Christiane Werning
Dietrich-Bonhoeffer-Str. 5, 48455 Bad Bentheim
Telefon (0 59 24) 15 49
E-Mail: c.werning@ewe.net

Norbert Mohnke
Falkenauer Straße 5, 48529 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 40 12

Die Folgen eines Schlaganfalls isolieren und plötzlich ist das ganze Leben anders. In der Gruppe bieten wir Betroffenen Platz zum Austausch von Informationen, für Ernstes, aber auch für gemeinsame Unternehmungen mit viel Spaß. Die Selbsthilfegruppe arbeitet mit den Schulen der Fachschule für Ergotherapie Bad Bentheim zusammen.

Aphasie-Gruppe Nordhorn

ANSCHRIFT

AWO Jochen-Klepper-Haus
Veldhauser Straße 185, 48527 Nordhorn

TREFFEN

Jeden 3. Mittwoch im Monat 15.00 – 17.00 Uhr

KONTAKT

Aphasiker-Zentrum Weser-Ems e. V.
Marita Peschel, Inge Robben
Hedonallee 1, 49811 Lingen
Telefon (05 91) 9 18 11 88
Mobil 01520 8982320 (auch über WhatsApp)
E-Mail: lingen@aphasikerzentrum.de
Facebook: Aphasiker Zentrum Weser Ems

Von den Mitarbeiterinnen des Aphasiker-Zentrums unterstützte Gruppe.

Betroffene und Angehörige treffen sich zum gegenseitigen Austausch, gemeinsamen Unternehmungen.

Die Betroffenen üben die Kommunikation, Gemeinsamkeit, Geselligkeit.

Hier erhält die Sprache wieder den Raum, den sie verdient. Die Angehörigen haben die Möglichkeit für Gespräche miteinander. Es gibt unter anderem Informationen über weitere Rehamöglichkeiten, Therapien und deren Finanzierungen.

Apoplex Niedergrafschaft

ANSCHRIFT

Ottenkamp 3, 49828 Osterwald

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Jeden 3. Donnerstag im Monat von 15.00 – 17.00 Uhr
St. Vincenzhaus, Cafeteria, Dackhorstweg 29
Telefon (0 59 41) 92 12-0

KONTAKT

Ursula Barkhuis-Thelen,
Ottenkamp 3, 49828 Osterwald
Telefon (0 59 41) 92 58 21
E-Mail: schlaganfallhilfe@ardane.com

In Neuenhaus treffen sich die Schlaganfallpatienten und ihre Angehörigen nicht nur für Austausch und Informationen, sondern auch für Gespräche in gemütlicher Runde. Ebenso organisieren wir gemeinsam kleine Veranstaltungen und Ausflüge.

Verein für Aphasiker und Schlaganfallbetroffene (V.A.S)

ANSCHRIFT

Mühlenstraße 36, 49824 Emlichheim

TREFFEN

14-tägig von 14.30 – 17.00 Uhr

Paritätischer Wohlfahrtsverband, Grafschaft Bentheim
Große Gartenstraße 14, 48529 Nordhorn

KONTAKT

Fenna Meier, Mühlenstraße 36
49824 Emlichheim
Telefon (0 59 43) 3 66

Die Gruppe der Aphasiker und Schlaganfallbetroffene will in erster Linie Betroffene beraten. Bei dem Treffen sollen Erfahrungen ausgetauscht werden, die Gruppenmitglieder unterstützen einander und beraten in Behindertenfragen. Gesellschafts- und Rollenspiele, kreatives Arbeiten, Fachvorträge, Ausflüge und Kegeln werden ebenfalls angeboten.

Die Gruppe bietet eine gute Gelegenheit wieder unter Menschen zu kommen und an gemeinsamen Aktivitäten teilzunehmen.

SHG Apoplex akut

ANSCHRIFT

Euregio-Klinik, Nina Taube,
Albert-Schweitzer-Straße 10
48527 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Montags bis freitags 8.00 – 15.00 Uhr

KONTAKT

Nina Taube, Hans Lewandowski
Euregio-Klinik
Albert-Schweitzer-Straße 10, 48527 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 7 12 04 75
E-Mail: nina@vita-nordhorn.de

Der Schlaganfall kann eine gravierende Veränderung des ganzen Lebens für den Betroffenen und die Angehörigen bedeuten. Bei uns werden in der akuten Phase alle Fragen rund um die Erkrankung beantwortet.

AD(H)S-Selbsthilfe Nordhorn e. V.

ANSCHRIFT

Burgstraße 7, 48529 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Jederzeit tel. mit den Kontaktpersonen

TREFFEN

Jeden 2. Mittwoch im Monat um 20.00 Uhr im Gemeindehaus
St. Augustinus, Burgstraße 7, 48529 Nordhorn

KONTAKT

Uschi Leder, Burgstraße 7, 48529 Nordhorn

Telefon (0 59 21) 3 86 60, E-Mail: famlede@web.de

Jörn Chomantowski, Ochsenstraße 44, 48529 Nordhorn

Mobil 0174 6218802

Thorsten Schöngen, Elskamp 3, 48531 Nordhorn

Mobil 0157 7351325

E-Mail: ads-grafschaft@web.de

Nicht die Hyperaktivität ist das Hauptproblem der „hyperaktiven“ Kinder, sondern ihre Aufmerksamkeitsstörung, ihre hohe Sensibilität und Impulsivität. Es handelt sich dabei um eine angeborene hirnorganische Erkrankung, die nicht heilbar, aber therapierbar ist. Das Kind muss lernen, mit sich selbst und der Krankheit umzugehen. Die Umgebung, Familie oder Schule muss den richtigen Umgang mit dem Kind erlernen, um es zu unterstützen. Die Selbsthilfegruppe will in erster Linie Aufklärungsarbeit für alle Betroffene leisten, sie bemüht sich um Fortbildungsangebote für Erzieher, Lehrer und Eltern. Wichtig sind ihr auch die Gespräche über Erfahrungen, Probleme, Sorgen und Ängste der Kinder und ihrer Familien. Das Aufmerksamkeits-Defizit- und Hyperaktivitäts-Syndrom, kurz ADS oder ADHS ist bei Kindern bekannt. In den letzten Jahren hat sich die Erkenntnis durchgesetzt, dass viele Menschen auch als Erwachsene davon betroffen sind. Betroffene und angehörige Erwachsene treffen sich zum Erfahrungsaustausch, Information und gegenseitiger Unterstützung. AD(H)S ist keine Kinderkrankheit. Weil AD(H)S offensichtlich vererbt wird, hat die Mehrzahl der AD(H)S-Kinder mindestens ein Elternteil mit AD(H)S.

AD(H)S Gesprächsgruppe, Emlichheim

ANSCHRIFT

Erlenstraße 8, 49824 Emlichheim

TREFFEN

Jeden 2. Dienstag im Monat (außer in den Ferien)
um 20.00 Uhr im Mehrgenerationenhaus Senfkorn,
Wilsumer Straße 2-4 in Emlichheim

KONTAKT

Hermine Lichtenborg
Erlenstraße 8, 49824 Emlichheim
Telefon (0 59 43) 19 89
E-Mail: lichtenborgjh@web.de

- Erfahrungsaustausch
- Informationen
- Aufklärung

„Chaotentreff“ Treffpunkt für Menschen mit und ohne AD(H)S

ANSCHRIFT

Andreas Basten

TREFFEN

Regelmäßige Treffen am letzten Dienstag im Monat um 19.00 Uhr in den Räumen der Gewerkschaft ver.di, 48529 Nordhorn, Hagenstraße 14-18, 1.OG über ehem. Böckmann, Eingang „Alte Maate“ Gebäuderückseite

KONTAKT

Andreas Basten

Telefon (0 59 41) 2 05 96 72

E-Mail: chaotentreff-noh@ewe.net

Das Aufmerksamkeits-Defizit- (und Hyperaktivitäts-) Syndrom, kurz ADS oder ADHS ist bei Kindern bekannt. In den letzten Jahren hat sich die Erkenntnis durchgesetzt, dass viele Menschen auch noch als Erwachsene davon betroffen sind. AD(H)S ist keine Kinderkrankheit.

Betroffene, Angehörige und Interessierte treffen sich in lockerer Runde zum Erfahrungsaustausch, Information und gegenseitiger Unterstützung.

Von Zappelphilippen und Traumsusen (ADHS-Selbsthilfegruppe für betroffene Eltern)

ANSCHRIFT

Birgit Hoppe
Völlinkhoff 10, 48529 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Montags, mittwochs und freitags
zwischen 8.30 – 11.00 Uhr

TREFFEN

Jeden letzten Dienstag im Monat von 20.00 – 22.00 Uhr

KONTAKT

Birgit Hoppe und Tanja Gasenzer
Völlinkhoff 10, 48529 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 8 50 97 92

Unser Motto lautet „Gemeinsam sind wir stark“. Wir beschäftigen uns seit vielen Jahren aus persönlichen Gründen mit dem Thema AD(H)S und gründeten daher eine Selbsthilfegruppe für Eltern betroffener Kinder.

Mit Rat und Tat stehen wir uns gegenseitig in der Selbsthilfegruppe zur Seite und möchten

- uns gegenseitig den Rücken stärken
- uns Mut machen und gemeinsam Wege suchen
- uns über das Krankheitsbild austauschen, da dieses Wissen wichtig ist
- uns über unsere Erfahrungen unterhalten, Tipps und Hilfen für den Alltag besprechen
- die Öffentlichkeit aufklären, vor allem Kindergärten und Schulen

damit wir alle gemeinsam unsere Kinder positiv begleiten können.

Selbsthilfegruppe Autismus Grafschaft Bentheim

ANSCHRIFT

Grenzweg 103, 48529 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

immer

TREFFEN

an jedem 4. Donnerstag eines ungeraden Monats
um 19.00 Uhr im Café Up'n Patt

KONTAKT

Gaby Kramer

Grenzweg 103, 48529 Nordhorn

Telefon (0 59 21) 7 59 53

E-Mail: gaby.kramer@ewetel.net

www.autismus-grafschaft-bentheim.de

Autismus ist eine tiefgreifende Entwicklungsstörung. Um diese frühzeitig zu erkennen und den Autisten nicht zu unterschätzen, sondern seine Stärken, Fähigkeiten und Besonderheiten zu fördern, somit eine besondere Lebensqualität zu schaffen, haben wir die Selbsthilfegruppe AUTISMUS Grafschaft Bentheim im Dezember 2011 gegründet.

Freundeskreis Behinderter Grafschaft Bentheim e.V.

ANSCHRIFT

Große Gartenstraße 14, 48529 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Freitags 14.00 – 17.00 Uhr

KONTAKT

Maria-Alice Münker

Liebigstraße 7, 48529 Nordhorn

Mobil 0172 1543343

Johannes Kriese

Wasserstraße 39, 48531 Nordhorn

Telefon (0 59 21) 7 51 11

Der Freundeskreis bietet seinen Mitgliedern in erster Linie die Möglichkeit, miteinander in Kontakt treten zu können. Gespräche, Informations- und Meinungsaustausch prägen die Treffen. Spiele und Bewegungstherapie gehören an den Nachmittagen ebenfalls zum Programm. Die Gruppe lädt zu Fachvorträgen ein und unternimmt – soweit wie möglich – gemeinsame Freizeitaktivitäten. Ziel der Gruppenarbeit ist es, Behinderte dazu zu bewegen, – soweit wie möglich – Verantwortung für sich selbst zu übernehmen.

gemeinsam leben und wohnen e.V.

ANSCHRIFT

gemeinsam leben und wohnen e.V.
Laarkamp 6, 49828 Veldhausen

KONTAKT

Johann Schepers
Laarkamp 6, 49828 Veldhausen
Telefon (0 59 41) 8870

www.gemeinsam-leben-und-wohnen.de

Frank Wilken
Am Feriengebiet 5, 49843 Uelsen

Der Hof Blekker als Einrichtung des Trägers gemeinsam leben und wohnen e. V. möchte Menschen mit Handicap alternative und individuelle Wohn- und Arbeitsplätze in ländlicher Umgebung anbieten.

Die Gestaltung der gesamten Einrichtung soll dazu beitragen, dass unsere Bewohner und Beschäftigten in einem familienähnlichen Umfeld leben und arbeiten können.

Als heilpädagogischer Bauernhof möchten wir unseren Beschäftigten nachvollziehbare Arbeitsangebote in unterschiedlichen Bereichen anbieten.

Wir betrachten es als unsere wichtigste Aufgabe, Menschen mit Handicap eine selbstbestimmte und gleichberechtigte Teilhabe am Leben in der Gesellschaft zu ermöglichen.

Die Achtung der Persönlichkeit und die Berücksichtigung der individuellen Möglichkeiten sind für uns selbstverständlich.

Durch eine individuelle Hilfe- und Förderplanung möchten wir den Bewohnern und Beschäftigten helfen, ihre Ziele zu erreichen.

Elterninitiative „Familie und Behinderungen“

ANSCHRIFT

Steinmaate 8, 49529 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Nach Vereinbarung

TREFFEN

Regelmäßig nach Vereinbarung

KONTAKT

Andrea Scharnke,

Steinmaate 8, 48529 Nordhorn

Telefon (0 59 21) 7 99 95, Fax (0 59 21) 7 13 97 38

E-Mail: andrea-scharnke@t-online.de

Die Gruppe beschäftigt sich über Projekte und Themen mit den Bedürfnissen der einzelnen Familienmitglieder in Familien mit Behinderungen.

Behinderten-Sportverein Nordhorn e.V.

ANSCHRIFT

Nachtigallenweg 2, 48527 Nordhorn

TREFFEN

Schwimmabende finden jeden Montag von 20.00 bis 21.30 Uhr im Hallenbad des Deegfeld-Schulzentrums, Deegfelder Weg in Nordhorn statt.

Sport ist jeden Freitag von 20.00 – 22.00 Uhr in der Sporthalle im Deegfeld-Schulzentrum am Deegfelder Weg in Nordhorn

KONTAKT

Friedrich Hoegen

Nachtigallenweg 2, 48527 Nordhorn

Telefon (0 59 21) 3 26 71

E-Mail: fg.hoegen@kabelmail.de, info@bsv-nordhorn.de

www.bsv-nordhorn.de

Was man allgemein unter der Bezeichnung „Behinderten-Sport-Verein“ zusammenfasst, ist viel mehr als das, was man gemeinhin unter Sport versteht. Das Bestreben des Vereins ist die gesundheitliche Förderung seiner Mitglieder zum Zwecke der Erhaltung und vollen Entfaltung der noch gesunden Körperglieder durch Sport und Schwimmen. Der Verein bietet heute behinderten und nichtbehinderten Menschen folgende Möglichkeiten aktiv Sport zu betreiben: Schwimmen, Hallenbosseln, Volleyball, Wassergymnastik, Wasser-korbball, Kegeln, Reha-Sport.

Sport für Frauen mit Behinderung (Behinderten-Sportverein Nordhorn e. V.)

ANSCHRIFT

Nachtigallenweg 2, 48527 Nordhorn

TREFFEN

Jeden zweiten Mittwoch im Monat von 17.00 – 18.00 Uhr in der neuen Sporthalle des Gymnasiums in Bad Bentheim

KONTAKT

Gertrud Hoegen

Nachtigallenweg 2, 48527 Nordhorn

Telefon (0 59 21) 3 26 71

E-Mail: fghoegen@kabelmail.de
info@bsv-nordhorn.de

„Geht nicht, gibt's nicht“: Unter dem Motto treffen sich Frauen mit Behinderung regelmäßig mit der Übungsleiterin Gertrud Hoegen, um gemeinsam Sport zu treiben. Der Behinderten-Sportverein Nordhorn bietet die Sportgruppe speziell für Frauen mit Behinderung an. Das Angebot richtet sich an Frauen, die z. B. an Multiple Sklerose, Parkinson, Schlaganfall, Bechterew usw. erkrankt sind oder eine Querschnittslähmung haben. Es ist auf die Bedürfnisse der Gruppe ausgerichtet.

Vor dem Hintergrund, dass behinderte Frauen, Rollstuhlfahrerinnen und an Erkrankungen wie MS oder Parkinson leidende Frauen lieber unter sich Sport treiben als in einer gemischten Sportgruppe, ist diese Sportgruppe entstanden.

Behinderten-Sportverein Nordhorn e. V., Rollstuhl-Basketballgruppe, SV Vorwärts

ANSCHRIFT

Taubenstraße 26, 48527 Nordhorn

KONTAKT

Michael van den Bosch

Taubenstraße 26, 48527 Nordhorn

Telefon (0 59 21) 8 15 74 66

E-Mail: rb.nordhorn@web.de

Martin Olthaus

Elskamp 13, 48531 Nordhorn

Mobil 0173 3641477

E-Mail: martin.olthaus@onlinehome.de

Gründung einer Rolligruppe zur Stärkung des
Selbstbewusstseins und zur Stabilität des Körpers.

Frauen mit Behinderung und chronischen Krankheiten „Von Kopf bis Fuß auf Leben eingestellt“

ANSCHRIFT

Mechthild Lippert
Schulstraße 17, 48455 Bad Bentheim

TREFFEN

Jeden 1. Mittwoch im Monat von 17.00 – 19.00 Uhr
in den Räumen des ev. ref. Gemeindshauses,
Dorfstraße 20 in Gildehaus

KONTAKT

Mechthild Lippert
Schulstraße 17, 48455 Bad Bentheim
Telefon (0 59 24) 64 36

Wir sind eine Gruppe von Frauen mit unterschiedlichen Behinderungen. Zur Gruppe gehören Frauen mit Gehbehinderung, Körperbehinderte, Rollstuhlfahrerinnen, Frauen mit MS, Narkolepsie, Muskelerkrankungen, psychische Störungen usw. Zurzeit sind wir zwischen 40 und 70 Jahre alt.

Viele von uns kennen das Alleinsein, das nicht mehr von Freunden und/oder Familienangehörigen Verstanden werden, zu Gruppen nicht mehr dazugehören und nicht mitreden zu können usw.

Bei manchen schränkt obendrein auch noch die finanzielle Situation (Krankengeld, Arbeitslosengeld, Rente ...) die Lebensmöglichkeiten ein.

„Von Kopf bis Fuß auf Leben eingestellt zu leben“ ist in der Gruppe leichter, geht es doch den anderen ähnlich. Gleiche verstehen Gleiche besser, können sich besser einfühlen. Wir machen uns gegenseitig Mut, versuchen uns zu stärken und unternehmen vieles gemeinsam: Von Informationsveranstaltungen bis zum Selbsthilfekurs oder gemeinsamen Sport.

Hilfen zur Selbsthilfe Behinderter e. V.

ANSCHRIFT

Kommln
Geisinkstraße 1, 48527 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

nach Vereinbarung

KONTAKT

Arthur Lieske
Geisinkstraße 1, 48527 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 99 33 30
Frank Wischnewski
Geisinkstraße 1, 48527 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 99 33 30, Fax (0 59 21) 9 93 33 18
E-Mail: info@hilfenzurselbsthilfe.de
www.kommin.net

Der Verein „Hilfen zur Selbsthilfe Behinderter e.V.“
wurde 1986 gegründet.

Im Grundverständnis des Vereins spielen die
Möglichkeiten der Selbsthilfe und der Selbstvertretung
von Menschen mit Behinderungen eine wichtige Rolle.
Einige Selbsthilfegruppen treffen sich im Kommln.

Gruppe TAF

Treffpunkt aktiver Frauen mit Handicap

TREFFEN

Jeden ersten Montag im Monat von 17.00 – 19.00 Uhr
Treffpunkt in der Binsenstraße 1, 48531 Nordhorn
(hinterster Eingang, 2. Etage)

KONTAKT

Annette Uebler, Nordhorn
Telefon (0 59 21) 1 79 77 66
E-Mail: annette.uebler@gmx.de

Eva Fähser-Garde
Tannenstraße 72, 48531 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 32 02 40
E-Mail: klaus.garde@ewetel.net

Unsere Gruppe bietet interessierten Frauen mit Handicap eine Gelegenheit, mit Gleichgesinnten das Leben zu genießen. Sich über Interessen auszutauschen und auch Erlebnisse zu ermöglichen, die allein aufgrund des Handicaps oft beschwerlich oder nicht umzusetzen sind, ist unser Ziel.

Damit wollen wir die Teilnahme am öffentlichen, gesellschaftlichen und sozialen Leben erleichtern.

Jede soll von den Erfahrungen der anderen profitieren und die Möglichkeit haben, neue Wege zu beschreiten. Wir treffen uns, um gemeinsam Spaß zu haben und um neue Anregungen im Miteinander zu erhalten.

Die Themen und Inhalte orientieren sich an den Interessen aller Gruppenmitglieder und werden regelmäßig in gemeinsamer Absprache festgelegt.

Gruppe TAF

Treffpunkt aktiver Frauen mit Handicap

Wir treffen uns

- um Kontakte zu knüpfen.
- um Erfahrungen und Interessen auszutauschen.
- um Tipps und Informationen weiterzugeben.
- um miteinander ins Gespräch zu kommen.
- um kulturelle Anregungen zu schaffen.
- um Urlaub vom Alltag zu machen.
- und nehmen uns Zeit für uns.

Wenn Sie sich angesprochen fühlen von unseren Zielen, nehmen Sie mit uns Kontakt auf. Die Gruppe ist für Frauen jeden Alters.

Gruppe für Frauen in Trennungs- und Scheidungssituationen

ANSCHRIFT

Frauenberatung Nordhorn
Steinmaate 1, 48529 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ ERREICHBARKEIT

Dienstags und donnerstags von 09.00 – 12.00 Uhr
und von 15.00 – 18.00 Uhr

Die Frauenberatungsstelle bietet einmal pro Halbjahr eine begleitete Selbsthilfegruppe für Frauen an, die sich im Prozess der Trennung oder Scheidung befinden. Wenn Ehepartner sich scheiden lassen, entsteht die Frage, wie es weiter geht und welche Folgen dieser Schritt für beide Partner und auch für die Kinder haben wird.

Andererseits kann dieser Prozess eine psychische und gefühlsmäßige Krise auslösen: Trauer über den Verlust des Partners, den Verlust des gemeinsamen Freundeskreises, den gescheiterten Lebensplan, Angst vor dem Leben allein, vor sozialem Abstieg, vor Einsamkeit, davor, mit der Kindererziehung allein überfordert zu sein.

Gruppe für Frauen in Trennungs- und Scheidungssituationen

KONTAKT

Christine Richter-Brüggen
Frauenberatung Nordhorn
Steinmaate 1, 48529 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 7 77 79, Fax (0 59 21) 99 11 99
E-Mail: kontakt@frauenberatung-nordhorn.de
www.frauenberatung-nordhorn.de

Die Gruppe kann dem Informationsaustausch dienen, die Teilnehmerinnen können gemeinsame Gefühle von Trauer, Wut, Angst und Enttäuschungen bewältigen und neuen Mut fassen. Die Gruppe kann Entscheidungsprozesse begleiten und neue Möglichkeiten für eine Zukunftsperspektive eröffnen. Sie kann Möglichkeiten zum Schutz aufzeigen, falls der Partner gewalttätig reagiert. Sie kann aber vor allem die Teilnehmerinnen stärken, Unterstützung bieten und helfen, Selbstvertrauen zurückzugewinnen.

Interessierte erhalten Informationen unter
Telefon (0 59 21) 7 77 79.

Blinden- und Sehbehindertenverein Osnabrück Emsland-Bentheim

ANSCHRIFT

Anita Igel-Herms, Zur Heide 14, 48529 Nordhorn

TREFFEN

1. Jeden 3. Mittwoch im Monat, 15.00 – 18.00 Uhr
im Wohnstift, Am Wassergarten 2, 48529 Nordhorn
2. Klönggruppe Nordhorn monatlich am 3. Mittwoch
um 15.00 Uhr im Café Sunday,
Bahnhofstraße 8 Europaplatz, Nordhorn,
Ansprechpartner: Frieda Kremer, Telefon (0 59 21) 53 22
3. Stammtisch Nordhorn monatlich am 3. Donnerstag
um 19.30 Uhr im Restaurant Split, Bentheimer Straße 50,
Nordhorn, Ansprechpartner: Klaus Berling,
Telefon (0 59 21) 72 23 82

KONTAKT

Anita Igel-Herms
Zur Heide 14, 48529 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 7 47 51
www.blindenverband.org

Der Verein berät Blinde und Sehbehinderte in allen Fragen, er berät Eltern blinder Kinder sowie Auszubildende und Umschüler, er hilft bei Fragen der Berufswahl und der Arbeitsplatzbeschaffung, informiert über Möglichkeiten der Beschaffung von speziellen Hilfsmitteln und klärt auf über Kur- und Erholungsmaßnahmen in Blindeneinrichtungen.

Blindenschießgruppe der Nordhorer Sportschützengemeinde

ANSCHRIFT

Helga Götker,
Bentheimer Straße 59, 48529 Nordhorn

TREFFEN

Mittwochs im Schulzentrum Deegfeld
nach Vereinbarung

KONTAKT

Helga Götker
Bentheimer Straße 59, 48529 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 62 59
E-Mail: hgoetker@ewetel.net

Geschossen wird mit normalen Luftgewehren mit einem speziellen Zielfernrohr. Wenn man im Kopfhörer einen hohen Ton hört, ist man seinem Ziel sehr nahe und man trifft mit ruhiger Hand die Zehn.

Blindenhilfsmittel und mehr...

ANSCHRIFT

Ralf Gerstmann,
Bentheimer Straße 211, 48529 Nordhorn

KONTAKT

Ralf Gerstmann,
Bentheimer Straße 211, 48529 Nordhorn
Mobil 0176 39 57 73 38
Fax (0 59 21) 8 50 84 46
E-Mail: Gerstmann.nordhorn@gmx.de

Blindenhilfsmittel, Blindenführhund.

Durchblick – Selbsthilfe für Menschen mit Sehbehinderung im Landkreis Grafschaft Bentheim

ANSCHRIFT

Haydnstraße 2E, 49565 Bramsche/Hase

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Telefonisch jederzeit

Sprechzeiten nach Vereinbarung im Gesundheitsamt,
Am Bölt 27 in Nordhorn

KONTAKT

Hannelore Freitag

Haydnstraße 2E, 49565 Bramsche

E-Mail: hannelorefreitag@osnanet.de

Telefon (0 54 61) 22 32

www.selbsthilfe-durchblick.de

Die jahrelangen Treffen sind leider eingeschlafen.
Ich stehe aber weiterhin zu Fragen der Bewältigung,
Hilfsmittel etc. zur Verfügung.

Grafschafter Grenzgänger

ANSCHRIFT

Adlerstraße 31, 48527 Nordhorn

TREFFEN

Ersten und dritten Donnerstag im Monat, 19.00 Uhr,
Café Up´n Patt, Jahnstraße 19, 48529 Nordhorn

KONTAKT

Karin Hinderink

Adlerstraße 31, 48527 Nordhorn

Telefon (0 59 21) 7 09 32 20

Mobil 0174 7 37 79 72

E-Mail: grafschafter-grenzgaenger@web.de

Fabienne Elferink

Mobil 01575 4 81 50 18

www.grafschafter-grenzgaenger.de

Wir sind eine Gruppe von Betroffenen – Borderline Patienten – und nutzen unsere Ressourcen, um uns gegenseitig zu helfen, tauschen uns über Erfahrungen aus und verstehen Probleme, die Borderline mit sich bringen kann. Die Gruppe ersetzt keine Therapie.

Demenz / Alzheimer Angehörigengruppe Nordhorn

ANSCHRIFT

Vechtetalstraße 55, 49846 Hoogstede

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Nach Vereinbarung

TREFFEN

Jeden ersten Montag im Monat um 19.00 Uhr
im Jochen-Klepper-Haus, Veldhauser Straße 185,
48527 Nordhorn

KONTAKT

Elke Snyders
Vechtetalstraße 55, 49846 Hoogstede
Telefon (0 59 43) 42 99

Erfahrungsaustausch von Angehörigen von
Demenzkranken.

Demenz / Alzheimer Angehörigengruppe Obergrafschaft

ANSCHRIFT

DRK Gebäude
An der Diana 9, 48455 Bad Bentheim

TREFFEN

1. Donnerstag im Monat von 18.00 – 19.30 Uhr
im DRK Gebäude
An der Diana 9, 48455 Bad Bentheim

KONTAKT

Regina Liesche
Eichenstraße 19, 48455 Bad Bentheim
Telefon (0 59 22) 30 76
E-Mail: regina.liesche@gmx.de
Birgit Blume
Buchenweg 6, 48455 Bad Bentheim
Telefon (0 59 22) 15 52
E-Mail: birgit.blume@t-online.de

Erfahrungsaustausch von Angehörigen von
Demenzkranken.

Gemeinsam statt einsam (unterstützt Selbsthilfe für früh betroffene Menschen mit Demenz)

ANSCHRIFT

Claudia Damhuis
Claus-von-Stauffenberg-Straße 19
49828 Neuenhaus

TREFFEN

Jeden 2. Mittwoch des Monats
im St. Vincenz Haus, Dackhorstweg 29, 49828 Neuenhaus
in der Zeit von 17.00 – 19.00 Uhr, sonst telefonisch

KONTAKT

Claudia Damhuis
Claus-von-Stauffenberg-Straße 19
49828 Neuenhaus
Telefon (0 59 41) 45 07
Mobil 0173 7287118
E-Mail: claudia-damhuis@gmx.de

Unterstützte Selbsthilfegruppe für früh
betroffene Menschen mit Demenz zwecks:

- Austausch unter Betroffenen, Kontakte knüpfen
- Auseinandersetzung mit der Diagnose/Aufklärung
- Blick auf vorhandene Kompetenzen/Ressourcen
- Beratung ermöglichen
- Unterstützung bieten
- Begleitung durch Angehörige möglich

Hope-SHG-NOH für Menschen mit Depressionen

ANSCHRIFT

Hildegardstraße 12, 48529 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

bei Bedarf

TREFFEN

jeden Montag im Konferenzraum beim Labor
in der EUREGIO Klinik Nordhorn
Gruppe 1 von 16.45 – 18.45 Uhr
Gruppe 2 von 19.15 – 21.15 Uhr

KONTAKT

Frau Martina Aufenfehn
Hildegardstraße 12, 48529 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 9 08 72 80
Mobil 0172 5376871
E-Mail: hope-shg-noh@gmx.de
www.hope-shg-noh.de

Am 20.04.2015 startete die Selbsthilfegruppe Hope (engl. für Hoffnung) für Menschen mit Depressionen. Wir sind alle Betroffene mit unterschiedlichen Diagnosen der Depression. Hope besteht aus zwei Gruppen mit jeweils 10 Mitgliedern. Es sind gemischte Gruppen aus Männern und Frauen im Alter von 30 – 65 Jahren. Natürlich freuen wir uns auch über jeden weiteren Interessierten.

Alles Wesentliche zu und über uns finden Sie auf unserer Homepage. Für Fragen stehen wir immer gern zur Verfügung.

Frauen mit Depressionen „Auf der Suche nach der verlorenen Freude“

ANSCHRIFT

Frauenberatung Nordhorn,
Steinmaate 1, 48529 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Dienstags und donnerstags von 09.00 – 12.00 Uhr
und von 15.00 – 17.00 Uhr

TREFFEN

An jedem zweiten Mittwoch im Monat
von 15.00 bis 18.00 Uhr

KONTAKT

Mechthild Iburg
Frauenberatung Nordhorn
Steinmaate 1, 48529 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 7 77 79
E-Mail: kontakt@frauenberatung-nordhorn.de
www.frauenberatung-nordhorn.de



Es fällt Menschen mit Depressionen schwer, sich in der Zeit ihrer Erkrankung mit der Verlangsamung auf geistiger, seelischer und körperlicher Ebene abzufinden. Sie fühlen sich wie ausgebremst. Ihr Interesse an sozialen Kontakten lässt nach, auch weil sie oft wenig Verständnis für ihre Probleme finden.

In der Gruppe gibt es die Möglichkeit, sich mit Menschen auszutauschen, die ähnlich empfinden und schon die Solidarität untereinander tut gut.

Daneben werden unterschiedliche Themen behandelt, wie z. B. Informationen über die Erkrankung zu sammeln, den Selbstwert stärken, aus der Grübelfalle aussteigen, mit Stimmungsschwankungen umgehen, Stress besser bewältigen und anderes mehr. Die Themen richten sich nach den Bedürfnissen und Wünschen der Teilnehmerinnen.

Ein Vorgespräch ist erwünscht.

Selbsthilfegruppe bei Depressionen „Bergauf“

ANSCHRIFT

UP'N PATT Begegnungsstätte
Jahnstraße 19, 48529 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Treffen jeden 2. Dienstag im Monat um 19.00 Uhr,
weitere Treffen nach Absprache

KONTAKT

Anja, Telefon 0152 02024057
Andreas, Telefon 05941 2059672

Gerade Depressions- und Angstpatienten sollten sich an eine Selbsthilfegruppe wenden, um den Gesundungsprozess zu unterstützen.

Als Betroffener kann man im Rahmen einer Gruppe sich selbst und anderen weiterhelfen.

Depressionen sind weder persönliches Versagen noch unabwendbares Schicksal.

Betroffene, Angehörige und Interessierte treffen sich in lockerer Runde zu Erfahrungsaustausch, Information und gegenseitiger Unterstützung.

Depressionengruppe Emlichheim

ANSCHRIFT

Theo Funke
Westerfeld 80, 49824 Emlichheim

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

bei Bedarf

TREFFEN

jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat, 18.00 – 19.30 Uhr
im Nebenraum der Aula im Schulzentrum Emlichheim,
Lägen Diek 14, 49824 Emlichheim

KONTAKT

Theo Funke
Mobil 0173 8703369
E-Mail: treffpunkt-funke@web.de

Depressionen und psychische Erkrankungen können sehr belastend sein. Viele Betroffene kennen Antriebslosigkeit, Lustlosigkeit, wenig Selbstvertrauen. In der Selbsthilfegruppe gibt es die Möglichkeit mit anderen Betroffenen sich auszutauschen und sich gegenseitig zu stärken.

In einer Gruppe gemeinsam Erfahrungen austauschen, Unterstützung geben, das soziale Netzwerk erweitern, Aktivitäten starten, Entspannung finden, Lebensfreude entdecken – das alles gibt Kraft.

- regelmäßige Treffen
- Erfahrungsaustausch
- Neue Kontakte
- Gespräche
- Gegenseitiges Zuhören
- Lachen und Spaß haben
- gegenseitige Unterstützung
- Aktivitäten starten
- Selbstvertrauen wieder aufbauen

Elterntreff an Diabetes erkrankter Kinder

ANSCHRIFT

Daimler Straße 1, 48529 Nordhorn

TREFFEN

Nach Absprache, mittwochs 20.00 Uhr,
4 mal im Jahr im „Cafe mittendrin“
Daimlerstraße 1, 48529 Nordhorn

KONTAKT

H. Averages-Neumann
Sonnenteich 5, 48527 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 3 24 56
E-Mail: h.averes-neumann@web.de

A. Deters
Zum Welmer 47, 48527 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 33 06 00
E-Mail: a.deters@t-online.de

Wenn bei einem Kind die Diagnose Diabetes gestellt wird, ist auf einen Schlag nichts mehr, wie es war. Gerade zu Beginn sind oft Unsicherheit, Fragen, Angst, Schmerz und das Gefühl, nicht mehr weiter zu wissen, ständige Begleiter in den betroffenen Familien. Der Elterntreff bietet eine Möglichkeit, sich mit Fragen und Erfahrungen auszutauschen.

„ich-BIN-ich 21“ Elterninitiative: Kinder mit Down-Syndrom

ANSCHRIFT

Holunderweg 4, 49824 Ringe

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Jeden Monat abwechselnd einmal Elterntreff am Abend (Mittwoch) oder Elterntreff mit Kindern zum Spiel- und Austauschnachmittag von 15.00 bis 16.30 Uhr (Montag- oder Donnerstagnachmittag). Bitte genaue Termine erfragen.

TREFFEN

In der Frühförderung,
Mückenweg 98d, 48527 Nordhorn



Wir bieten werdenden Eltern und Eltern mit Down-Syndrom-Kindern eine Gesprächs- und Arbeitsgruppe an, die sich gezielt mit altersspezifischen Fragestellungen, Problematiken und sonstigen alltäglichen Dingen auseinandersetzt. Ebenso besteht Kontakt zu medizinischen Institutionen, Ärzten, Therapeuten, anderen Elterngruppen und entsprechenden Ämtern, mit denen wir uns über bestehende oder geplante Therapiemöglichkeiten, Projekte, Förderungsmöglichkeiten und Integrationsformen austauschen. Auch bei den alltäglichen Sorgen und Fragen versuchen wir Hilfestellungen zu geben.



„ich-BIN-ich 21“ Elterninitiative: Kinder mit Down-Syndrom

KONTAKT

Dita Büter

Holunderweg 4, 49824 Ringe

Telefon (0 59 44) 93 93 29

E-Mail: dita.bueter@me.com

Eva Klein-Reesink

Am Stadtesch 29, 48465 Schüttorf

Telefon (0 59 23) 66 65

E-Mail: klein-reesink@gmx.de

Anne Beckmann

Graf-Luckner 43, 48527 Nordhorn

Telefon (0 59 21) 72 67 37

E-Mail: annebeckmann@gmx.de

www.ich-Bin-ich-21.de

Seit vielen Jahren treffen sich regelmäßig Eltern monatlich mit oder ohne Kinder in angenehmer Atmosphäre und profitieren von dem gegenseitigen Austausch. Jedes Kind mit Down Syndrom ist anders und wir möchten Eltern helfen und ermutigen, ihr Kind anzunehmen. Denn unsere Kinder sind individuell, außergewöhnlich und etwas ganz besonders Liebenswertes! Neu betroffene Eltern und Interessierte sind herzlich willkommen!

Elternkreis drogenabhängiger/ drogengefährdeter Kinder und Jugendlicher

ANSCHRIFT

Drogenberatungsstelle Nordhorn
Kistemaker Straße 5 - 7
48527 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 3 89 28

TREFFEN

jeden 1. Donnerstag im Monat in der DROB,
Kistemakerstraße 5 – 7, 48527 Nordhorn

KONTAKT

Manuela van Tübbergen
Telefon (0 59 42) 25 13

Dagmar Urbaniak
Telefon (0 59 21) 96 39 03

E-Mail: dagmar.urbaniak@grafschaft.de

Roswitha Schröers

Telefon (0 59 21) 96 39 07

E-Mail: roswitha.schroeers@grafschaft.de

Wenn eines unserer Kinder in den Bannkreis der Drogen gerät, bricht für uns betroffene Eltern unsere Welt zusammen. Für die gesamte Familie entsteht eine Betroffenheit, die sich in Ängsten, Unsicherheit, Verzweiflung und Isolation ausdrückt.

Wir, ein Kreis betroffener Eltern haben erfahren, wie hilfreich und wichtig das offene Gespräch ist.

Wir können zwar kein Patentrezept anbieten, unseren Kindern sofort wirksam zu helfen, jedoch können wir im Erfahrungsaustausch miteinander lernen, das Suchtverhalten und die veränderten Reaktionen unser Kinder zu verstehen und angemessen darauf zu reagieren, unsere eigenen Verhaltensweisen zu reflektieren und wieder zu Selbstsicherheit und neuem Lebensmut zu finden.

Nur so können wir unsere Kinder auf ihrem mühevollen Weg in ein Leben ohne Drogen unterstützen.

Lebenswert(er) – Selbsthilfegruppe für suchterkrankte Jugendliche und junge Erwachsene

ANSCHRIFT

Drogenberatungsstelle Nordhorn
Kistemaker Straße 5 - 7, 48527 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 3 89 28

TREFFEN

dienstags in der DROB, Kistemakerstraße 5 – 7,
48527 Nordhorn

KONTAKT

Christoph Stach, Mobil 0151 56 14 67 21
Mark Meinen, Mobil 0152 08 54 37 04
Nils Winkelmann, Mobil 0176 64 25 20 99
Marina Kroupa, Mobil 0162 2 90 78 42
Jürgen Schumacher, Mobil 0173 5 36 87 36
Christoph Meyerink, Mobil 0173 6 39 39 01
Sandra Richter, Mobil 0176 32760039

Innerhalb der Gruppe werden Themen wie z. B.:

- Suchtdruck
- alltägliche Probleme

besprochen.

Wir unterstützen uns gegenseitig darin, clean zu bleiben und mit dem Sucht-Druck umzugehen.

SHG Epilepsie Emsland, Grafschaft Bentheim e. V.

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

täglich von 18.00 – 21.00 Uhr telefonisch

TREFFEN

jeden 2. Dienstag im Monat um 19.30 Uhr
im Gemeindehaus, St. Maria-Königin Lingen,
In den Sandbergen 27, 49808 Lingen

KONTAKT

Marita Gude, Kunkenbecke 17, 49832 Thuine
Telefon (0 59 02) 13 47
E-Mail: marita-gude@web.de
www.shg-epilepsie-emsland.de

In dieser Selbsthilfegruppe haben sich Menschen jeder Altersgruppe gefunden, die mehr oder minder schwer an Epilepsie erkrankt sind oder die anfallskranken Kinder haben. Es werden Probleme und zwangsläufig gemachte Erfahrungen ausgetauscht. In unserer Gruppe findet man etwas sehr selten Gewordenes: Es wird einander zugehört. Darüber hinaus finden regelmäßig Informationsabende, teilweise mit Neurologen statt.

Trotz der nicht unerheblichen Zahl der an Epilepsie Erkrankten konnten die über Jahrhunderte bestehenden Vorurteile Epileptikern gegenüber nicht abgebaut werden. Deutschland ist noch immer ein Entwicklungsland, wenn es um das Versorgungssystem und die Diskriminierung von Menschen mit Epilepsie-Erkrankungen im beruflichen und sozialen Leben geht. In unserer Gruppe arbeiten wir daran, unseren Kindern den Umgang mit dieser Erkrankung zu erleichtern und ihnen Selbstbewusstsein zu vermitteln. Durch eine geeignete Therapie können heute 70 % aller an Epilepsie Erkrankten frei von Anfällen werden.

Gruppe für Frauen mit Bulimie „Das Leben in vollen Zügen genießen“

ANSCHRIFT

Frauenberatung,
Steinmaate 1, 48529 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

dienstags und donnerstags
von 09.00 – 12.00 Uhr
und von 15.00 – 18.00 Uhr

TREFFEN

Jeden letzten Mittwoch im Monat,
von 17.30 – 19.00 Uhr
(Alter: ab 16 Jahre)

Frauen, die an Bulimie erkranken, haben es oft verlernt, das Leben zu genießen. Ihre Gedanken kreisen fast zwanghaft um das Thema „Essen“.

Unter der Störung leidet der normale Alltag, alle Bereiche sind betroffen. Sie nehmen sich viel Lebensfreude.

Frauen, die unter Bulimie leiden und etwas verändern wollen, sind eingeladen, sich in der Gruppe auszutauschen, den Selbstwert zu stärken und sich gegenseitig zu ermutigen, das Leben wieder zu genießen. Wir sprechen über unterschiedliche Themen, mit dem Ziel, Denken und Verhalten zu verändern.

Gruppe für Frauen mit Bulimie „Das Leben in vollen Zügen genießen“

KONTAKT

Mechthild Iburg
Frauenberatung
Steinmaate 1, 48529 Nordhorn,
Telefon (0 59 21) 7 77 79, Fax (0 59 21) 99 11 99
E-Mail: kontakt@frauenberatung-nordhorn.de
www.frauenberatung-nordhorn.de

Es ist uns wichtig, dass jede Frau in der Gruppe für sich selbst die Verantwortung übernimmt und sich entscheidet, welche Schritte sie gehen will.

Warten Sie nicht darauf, dass die Störung einen chronischen Verlauf nimmt oder Angehörige in Aktion treten – werden Sie aktiv und kommen sie mit eigener Motivation.

Grafschafter Fibromyalgie Selbsthilfegruppe e.V.

ANSCHRIFT

Liesel Günther
Max-Reger-Straße 31, 48527 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

nach Terminabsprache
Anni Bonke, Tel. 05921/36509

Funktionstraining:
jeden Mittwoch ab 19.00 Uhr in der Krankengymnastikabteilung der Fachklinik Bad Bentheim, anschließend Erfahrungsaustausch

Ansprechpartnerin:
Ilse Sumbeck
Tel. (0 59 23) 28 45 (ab 18.00 Uhr)

KONTAKT

Liesel Günther
E-Mail: guenther.liesel@gmail.com

Fibromyalgie – Muskelfaserschmerz, der jeden Muskel des Körpers erfassen kann. Schätzungen besagen, dass 2-3 Millionen Menschen in Deutschland an dieser Krankheit leiden. Überwiegend erkranken Frauen, aber auch Männer und Kinder sind betroffen. Das Beschwerdebild ist vielfältig: Muskelkrämpfe in fast allen Körperregionen, Kopfschmerzen, Magen- und Darmbeschwerden, Menstruationsschmerzen, Angstgefühle, Müdigkeitssymptome. Ein normales Leben zu führen ist sehr schwierig. Die Ursache dieser Erkrankung ist noch nicht erforscht. Es gibt zwar einige Ansatzpunkte, aber mehr auch nicht. Betroffene benötigen in erster Linie einen verständnisvollen Arzt und Therapeuten.

Die beste Hilfe ist eine gut geleitete Selbsthilfegruppe, Beratungs- und Erfahrungsaustausch unter Gleichgesinnten.

Frauen 50 plus nach Trennung und Scheidung „Lieber aktiv als allein“

ANSCHRIFT

Frauenberatung
Steinmaate 1, 48529 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

dienstags und donnerstags von 09.00 – 12.00 Uhr
und von 15.00 – 18.00 Uhr

TREFFEN

vierzehntägig, bitte erfragen

KONTAKT

Inge Kassel-Frosch und Monika Haas
Frauenberatung
Steinmaate 1, 48529 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 7 77 79, Fax (0 59 21) 99 11 99
E-Mail: kontakt@frauenberatung-nordhorn.de
www.frauenberatung-nordhorn.de

Seit Sommer 2009 treffen sich alleinstehende Frauen ab 50 Jahren in der Frauenberatung Nordhorn. Sie gründeten einen Club, um in netter Atmosphäre andere Frauen kennen zu lernen. Ziel ist es, neue Kontakte zu schließen, um gemeinsam etwas zu unternehmen, in der Freizeit Aktivitäten zu planen, Hobbys zu pflegen und natürlich auch Zeit für einen Erfahrungsaustausch zu haben.

Nicht alle müssen an allen Aktivitäten teilnehmen, sondern können gezielt Gleichgesinnte suchen. Das Motto lautet: „50...und kein bisschen leise.“

Anmeldung unter Telefon (0 59 21) 7 77 79

Frühchen-Treff

ANSCHRIFT

EUREGIO-Klinik,
Albert-Schweitzer-Straße 10, 48527 Nordhorn

TREFFEN

Jeden 1. Dienstag im Monat von 20.00 – 22.00 Uhr
im Wartezimmer der Frauenklinik in der Euregio-Klinik

KONTAKT

Marion Stegink
Am Löninks Feld 8, 48527 Nordhorn
Telefon (0 59 25) 99 88 20
E-Mail: marion.deters@web.de

Erfahrungsaustausch mit Eltern
von zu früh geborenen Kindern.
Weiterbildung durch Fachvorträge
(Physiotherapeuten, Logopäden, Apotheker....)

Grafschafter Gefäßliga

ANSCHRIFT UND KONTAKT

Christel Kleine Ruse
Am Tierpark 5, 48531 Nordhorn

KONTAKT

Christel Kleine Ruse
Telefon (0 59 21) 3 72 22

Risikofaktoren für Gefäßerkrankungen sind:

- Hypertonie – Bluthochdruck
- Diabetes mellitus – Zuckerkrankheit
- Hyperlipidämie – Fettstoffwechselstörung
- Hyperurikämie – Gicht
- Nikotin – Rauchen
- Adipositas – Übergewicht

Die Wahrscheinlichkeit einer Herz-Kreislauf-Erkrankung steigt mit den Risikofaktoren. Besonders schwerwiegend ist eine Kombination von Risikofaktoren. Bestimmte Faktoren sind nicht zu beeinflussen. Andere glücklicherweise sehr wohl.

Nach heutigem Wissen ist eine fortgeschrittene Arteriosklerose wohl nicht mehr rückgängig zu machen. Aber man kann ihre Weiterentwicklung erheblich verlangsamen oder vielleicht sogar ganz stoppen. Von entscheidender Bedeutung ist hierfür das konsequente Ausschalten schädlicher Einflüsse der Risikofaktoren.

Verein zur Förderung Gehörloser, Schwerhöriger und Sprachbehin- deter Grafschaft Bentheim e. V.

ANSCHRIFT

Gehörlosenverein Nordhorn e. V. 84,
Heinrich Knippen
Füchtenfelder Straße 22, 49835 Wietmarschen

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Anfrage bitte per E-Mail

TREFFEN

Mehrgenerationenhaus, Schulstraße 19, Nordhorn

KONTAKT

Heinrich Knippen
Füchtenfelder Straße 22, 49835 Wietmarschen
Fax: (0 59 25) 6 07
E-Mail: heinrich.knippen@googlemail.com
www.gv-nordhorn.de

Hallo an alle Interessenten,
wenn ihr Interesse an unserem Verein habt, man kann dort alles Mögliche erleben: Jeden 3. Samstag im Monat die Versammlungen (Gehörlosentreff) bei Kaffee und Kuchen besuchen. Außerdem gibt es einmal im November die Möglichkeit, an einem Sonntagsfrühstück zu schnuppern. Oder auch Kloatscheeten (im Januar oder Februar), Spiel ohne Grenzen (im Sommer) oder Ausflüge (Beispiel „Fahrt ins Blaue“) und andere Unternehmungen. Darüber hinaus gibt es zum Jahresende eine Weihnachtsfeier, wo man einen gemütlichen Abend mit warmen Essen erleben kann. Natürlich könnt Ihr uns erst mal besuchen und als Gast herzlich willkommen sein. Weitere Informationen findet Ihr im Internet.

Elterngruppe für neurodermitis- kranker und allergiebetreffener Kinder

ANSCHRIFT

Arbeitsgemeinschaft Allergiekranke Kind
Jutta Van Aans
Neustadtstraße 13, 49828 Lage

TREFFEN

Jeden ersten Montag im Monat um 20 Uhr im Familien-
servicebüro Neuenhaus, Hauptstraße 55, 49828 Neuenhaus
(außer in den Ferien)

KONTAKT

Jutta van Aans
Telefon (0 59 41) 2 05 86 62
E-Mail: J.aans@aak.de

AAK - Arbeitsgemeinschaft allergiekranke Kind,
Hilfe für Kinder mit Asthmaekcem oder Heuschnupfen
Augustusstraße 20, 35745 Herborn
www.aak.de

Den betroffenen Eltern wird ein Raum angeboten, in den sie frei und offen über ihre Sorgen, Ängste und Bedürfnisse sprechen können. In Zusammenhang mit Neurodermitis/ Allergien haben Eltern viele Fragen über Behandlungsmöglichkeiten, Ernährung, Kindergarten und Schule.

Oft bekommen sie viele gut gemeinte Ratschläge, die es den betroffenen Familien nicht unbedingt leichter machen, ihren eigenen Weg zu finden.

Jede Erkrankung ist anders und muss individuell betrachtet werden, was bei einem Kind geholfen hat, muss nicht zwangsläufig den anderen auch gut tun.

Ziel ist es, den Austausch und betroffenen Eltern zu fördern und Kontakt zwischen den Kindern herzustellen.

Kontaktinformation zum Thema „Psoriasis“:

Gaby Holzhäuser
Telefon (0 59 21) 99 08 80, Fax (0 59 21) 99 08 81
E-Mail: information@healthnetwar.de

Selbsthilfegruppe Herz

ANSCHRIFT

Weg zum Resum 1, 48527 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Montags – freitags von 09.00 – 12.00 Uhr

TREFFEN

Jeden 2. Dienstag im Monat im Feierraum im Wohnstift
am Vechtesee, Am Wassergarten 2, 48529 Nordhorn

KONTAKT

Elke Bremmer

Weg zum Resum 1, 48527 Nordhorn

Telefon (0 59 21) 97 26 13

E-Mail: elkebremmer@web.de

Beratung bei Problemen im Zusammenhang
mit Herzproblemen, Austausch mit Betroffenen,
Informationen zum Thema Herz, Referate und
Vorträge zu weiteren interessanten Themen,
Geselligkeit.

Herzsportgruppe (Coronar-Sportgruppe DRK)

ANSCHRIFT

Deutsches Rotes Kreuz
Kreisverband Grafschaft Bentheim
Denekamper Straße 76, 48529 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Montag - Freitag von 09.00 – 12.00 Uhr

TRAININGSZEITEN

donnerstags 19.30 und 20.30 Uhr in der Sporthalle
des Schulungszentrums Deegfeld

KONTAKT

Irmgard Kerk
Karderieweg 2, 48527 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 88 3663
Fax (0 59 21) 8 83 69 63
E-Mail: colmer@drk-grafschaft-bentheim.de
www.drk-grafschaft-bentheim.de

Durch die Teilnahme an den Übungsstunden der Coronar-Sportgruppe soll Herzinfarkt-Patienten mehr Lebensfreude und -zuversicht, also mehr Lebensqualität vermittelt werden. Dem Betroffenen soll dabei geholfen werden, mit seinem Schicksal und seiner Krankheit besser fertig zu werden. Im Rahmen des Coronartrainings werden unter ärztlicher Aufsicht von qualifizierten ÜbungsleiterInnen Bewegung, Gymnastik, Ausdauertraining und Entspannungsübungen angeboten.

Defibrillator Selbsthilfegruppe

ANSCHRIFT

Marie-Juchacz-Straße 15, 48527 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

keine festen Sprechzeiten

TREFFEN

Mindestens viermal pro Jahr

KONTAKT

Johann Franzbach

Marie-Juchacz-Straße 15, 48527 Nordhorn

Telefon (0 59 21) 3 43 67

E-Mail: jfranzbach@t-online.de

Austausch praktischer Erfahrungen zur Bewältigung der krankheitsbedingten Defizite. Defibrillator.

Herzkind Gruppe Grafschaft Bentheim

ANSCHRIFT

Diane Gnaß
Wehrmaate 6, 48531 Nordhorn

TREFFEN

Jeden zweiten Montag im Monat von 17.00 – 18.00 Uhr
in der Turnhalle der Kindertagesstätte Regenbogen,
Mückenweg 100, 48527 Nordhorn

KONTAKT

Diane Gnaß
Wehrmaate 6, 48531 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 99 04 14
E-Mail: dgnass@web.de
Martina Trovato
Telefon (0 59 23) 90 36 59

Wir sind die Herzkind-Gruppe Grafschaft Bentheim. Ca. jedes hundertste Kind kommt mit einem Herzfehler zur Welt. Bei dem einen ist es ein leichter, bei dem anderen ein schwerer Herzfehler. Aber was uns alle verbindet, ist die Angst und Sorge um das eigene Kind. Wir möchten Ihnen Mut machen und Erfahrungen austauschen. Sie sind mit Ihren Sorgen, Ängsten und Problemen nicht allein. Aber auch der Spaß für die ganze Familie soll bei vielen Aktivitäten nicht zu kurz kommen.

Elterngruppe hochbegabter Kinder „Pfiffikus“

ANSCHRIFT

Jutta van Aans
Neustadtstraße 13, 49828 Lage

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

telefonisch oder per E-Mail

TREFFEN

Jeden ersten Dienstag im Monat
(außer in der Ferien)
um 20.00 Uhr im Familienservicebüro,
Hauptstraße 55, 49828 Neuenhaus

„Die Kinder sind ganz normal, nur anders als die meisten“. Selbsthilfegruppe für Eltern hochbegabter Kinder stärkt Eltern den Rücken.

Etwa drei Prozent der Kinder eines Schuljahrgangs sind hochbegabt. Die meisten Hochbegabten gehen unauffällig durch ihr Leben und ihre Schulzeit. Doch ca. 20 % dieser Kinder haben Probleme, die man auf den ersten Blick nicht mit einer Hochbegabung in Verbindung bringen würde. Hohe Auffassungsgabe und schnelle Informationsverarbeitung der Kinder können z. B. an der Schule zu einer ausgeprägten Unterforderung führen. Konzentrationsstörungen, LRS, Bauch- und Kopfschmerzen, Schulangst, Langsamkeit und Motivationsverlust bis hin zu Depressionen können die Symptome dafür sein. Bei Jungen zeigt sich oftmals ein auffälliges, störendes Verhalten (Klassenclown), bei Mädchen erfolgt eher ein innerer Rückzug (Träumer).

Mit der besonderen Begabung der Kinder gehen auch besondere ausgeprägte Eigenschaften einher. Etwa ein hoher Wissensdurst, ein oftmals hoher Bewegungsdrang (hohes Energiepotential) und ein sehr geringes/hohes Schlafbedürfnis. Die Kinder eignen sich extrem schnell Wissen an, fragen viel, diskutieren wortgewandt mit den

Elterngruppe hochbegabter Kinder „Pfiffikus“

KONTAKT

Jutta van Aans

Neustadtstraße 13, 49828 Lage

Telefon (0 59 41) 2 05 86 62

E-Mail: jutta.vanaans@dghk-nds-hb.de

Gitta Raben

E-Mail: gitta.raben@dghk-nds-hb.de

www.dghk.de

Eltern und respektieren nur „sinnvolle“ Argumente. Die Kinder fordern meist viel Aufmerksamkeit vom Aufstehen bis zum Schlafengehen. Hochbegabte sind oft lärm-, licht- und schmerzempfindlich, geruchs/geschmackssensibel, sehr mitfühlend und empfindsam.

Bis ein Test auf Hochbegabung den Verdacht bestätigt, haben die Eltern nicht selten eine Odyssee hinter sich. Vielfach wird AD(H)S als Ursache vermutet. Auch haben viele Eltern Angst vor dem Resultat des Hochbegabtentests, weil das Unverständnis für Hochbegabte von außen groß ist, und weil viele Eltern zudem nicht wissen, wie sie mit der möglichen Hochbegabung ihrer Kinder umgehen sollen. Letztendlich geht es jedoch darum, dass das Kind und seine Familie wieder glücklich werden.

Die Selbsthilfegruppe will Eltern den Rücken stärken; gerne auch Ansprechpartner für Lehrer und Erzieher sein. Darüber hinaus vermittelt sie an Stellen, die Hilfe anbieten, organisiert Aktivitäten und Vorträge. Dachverband ist die „Deutsche Gesellschaft für das hochbegabte Kind“ (DGhK).

Es geht auch andersrum

ANSCHRIFT

Große Gartenstraße 14, 48529 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Jeden Donnerstag von 19.00 – 20.00 Uhr

KONTAKT

anonyme Beratung in den Räumen
„Paritätischer Grafschaft Bentheim“
Große Gartenstraße 14, 48529 Nordhorn
Telefon: 0157 36419907
E-Mail: andersrum@gmx.net
www.andersrum-nordhorn.de

- Beratung und Betreuung von Schwulen und Lesben sowie deren Eltern und Freunde
- Gruppenabende, Infostände und Info-Veranstaltungen
- Veranstaltungen in Schulen und anderen Einrichtungen
- Aufklärung der Öffentlichkeit zum Thema Homosexualität
- Veranstaltungen und Aktionen

Selbsthilfegruppe Hyperhidrose – Vermehrtes Schwitzen

ANSPRECHPARTNER:

Julia König

KONTAKT

Julia König

Telefon 0152-26380775

E-Mail: julia36koenig@live.com

Frau König ist Ansprechpartnerin für das Thema Hyperhidrose, übermäßiges Schwitzen und ist als solches unter den Betroffenen bekannt. Viele Hyperhidrose Betroffene leiden nicht nur unter dem übermäßigen Schwitzen an unterschiedlichen Stellen wie z.B. Kopf, Gesicht, Händen, Achseln, Po, Füßen, sondern auch an Schüchternheit, Scham, Angst und einem erheblichen Vertrauensmangel, sich in der Gesellschaft zu bewegen. Die Gruppe soll nicht nur dazu beitragen, medizinische Hilfe zu erörtern, sondern soll auch die sozialen und psychischen Konditionen der Betroffenen zur Sprache bringen, um ferner ein allgemeines Nachsorge-Konzept mithilfe von Hyperhidrose Experten entwickeln zu können.

IVS-Band operierte Frauen

ANSCHRIFT

Heideweg 2, 48465 Schüttorf

TREFFEN

Jeden 1. Mittwoch im Quartal, 15.00 – 17.00 Uhr,
im Wohnstift am Vechtesee, im Feierraum (Foyer)

KONTAKT

Helga Fühner

Heideweg 2, 48465 Schüttorf

Telefon (0 59 23) 33 76

Tini Evenblij

Emsbürener Straße 27, 48465 Schüttorf

Telefon (0 59 23) 46 99

E-Mail: ivs-band@web.de. (Sabine Jahn)

Die Gruppe IVS-Band operierter Frauen ist eine Selbsthilfegruppe von Frauen zwischen 40 und 70 Jahren.

Wir haben uns zusammengefunden, um uns gegenseitig zu stützen, zu stärken und etwas gegen die Angst „Was ist mit mir?“ zu unternehmen, denn viele Frauen leiden seit der IVS-Bandeinsetzung an erheblichen Beeinträchtigungen und Schmerzen.

Wir leiden teils an Inkontinenz, teils erfolgte die Bandeinsetzung nach Gebärmutterentfernung. Die weibliche Inkontinenz ist immer noch ein Tabuthema. Wir gehen offen damit um und sprechen über unsere Beschwerden.

Sind Sie betroffen und wollen sich mit anderen Betroffenen austauschen und mehr über Ihre Erkrankung erfahren?

Verschwiegenheit gegenüber Außenstehenden über Teilnehmer und das dort Gesprochene sollte selbstverständlich sein.

Frauenselbsthilfe Krebs Landesverband Niedersachsen/ Bremen/Hamburg e.V., Gruppe Nordhorn

ANSCHRIFT

Frauenselbsthilfe Krebs e.V.
Sonja Altendeitering
Harzstraße 16, 48527 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Gespräche und Besuche nach telefonischer Vereinbarung

TREFFEN

Offener Gruppenabend an jedem letzten Mittwoch im Monat
ab 19.30 Uhr im Raum 115 der VHS Nordhorn

KONTAKT

S. Altendeitering
Harzstraße 16, 48527 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 72 11 21
E-Mail: altendeitering@live.de

Hildegard Schröder
Telefon (0 59 08) 724

Janette Hansmann
Telefon (0 59 41) 57 88

Wenn die Diagnose „Krebs“ lautet, ist das für die meisten Menschen ein Schock. Der Weg, der vor einem liegt, erscheint steinig und unüberwindbar. Wir, die Mitglieder der Frauenselbsthilfe Krebs, sind ihn bereits gegangen. Vor dem Hintergrund des selbst Erlebten und durch umfangreiche Schulungsmaßnahmen fühlen wir uns in der Lage, Betroffenen zu helfen, ihren persönlichen Weg im Umgang mit der Erkrankung zu finden. Wir treffen uns, um Erfahrungen auszutauschen, um Neuigkeiten aus dem Gesundheitswesen zu erfahren und um der Lebensfreude trotz Krebs Raum zu geben. Die Teilnahme an unseren Treffen ist unverbindlich und ohne Mitgliedsbeitrag.

SHG Leben mit und nach Krebs

ANSCHRIFT

AWO Krebsberatungsstelle,
Veldhauser Straße 185, 48527 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

montags, dienstags, donnerstags: 08.00 – 16.00 Uhr
mittwochs: 09.00 – 12.00 Uhr
freitags: 08.00 – 12.00 Uhr

TREFFEN

Jeden 1. und 3. Montag im Monat
von 15.30 – 17.00 Uhr im AWO Center,
Jochen Klepper Haus, Veldhauser Straße 185,
48527 Nordhorn

KONTAKT

Helga van Slooten
Vechtestraße 7a, 48529 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 74 68 5

Angelika Wesker
In der Bekelder Mark 63, 48531 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 3 84 05

E-mail: krebsberatung@awo-nordhorn.de

Die Stärke der Gemeinschaft

Frauen und Männer, die Krebs haben oder hatten, kommen in der Selbsthilfegruppe zusammen, um sich miteinander auszutauschen, ihre Erfahrungen zu teilen und sich gegenseitig zu unterstützen.

Dabei werden die unterschiedlichen Bedürfnisse jedes Einzelnen beachtet und respektiert. Das Zusammenwachsen als Gemeinschaft ermöglicht es, auch in schweren Zeiten miteinander zu lachen und angenehme Stunden zu verbringen.

Die Selbsthilfegruppe bietet ein vertrauliches, schützendes Umfeld, in dem sich die Betroffenen gegenseitig stärken und ihre individuellen Gefühle und Geschichten einbringen können. Jede Meinung zählt, jede Erfahrung ist wertvoll.

Prostatakrebs SHG Grafschaft Bentheim

ANSCHRIFT

Bernhard Vos,
Charlottenburger Straße 5, 48455 Bad Bentheim

TREFFEN

Jeden 1. Dienstag im Monat um 19.00 Uhr
in der Bibliothek, Euregio-Klinik

KONTAKT

Bernhard Vos,
Charlottenburger Straße 5, 48455 Bad Bentheim
Telefon (0 59 22) 18 52
E-Mail: johannavos@web.de

Wir tauschen uns aus und unterstützen uns gegenseitig. Wir informieren uns in Gesprächsrunden und laden Experten für Vorträge ein.

Elterninitiative Kinderkrebs (Emsland, Grafschaft Bentheim, Oberledingerland..)

TREFFEN

in regelmäßigen Abständen
in Meppen und Papenburg

KONTAKT

Jürgen und Annegret Blümel
Ostpreußenstraße 32, 49824 Emlichheim
Telefon (0 59 43) 9 81 16
E-Mail: j.bluemel@elterninitiative-kinderkrebs.de
Petra Steffens, 1. Vorsitzende
49716 Meppen
Telefon (0 59 31) 84 88 22
E-Mail: steffens@elterninitiative-kinderkrebs.de
www.elterninitiative-kinderkrebs.de

Unterstützung von Familien mit einem an Krebs erkrankten Kind, während und nach der Therapie in Form von Gesprächen, Hilfsmitteln oder finanziellen Leistungen.

BRCA-Netzwerk – Hilfe bei familiärem Brust- und Eierstockkrebs e. V.

ANSCHRIFT

BRCA-Netzwerk e.V.
Thomas-Mann-Straße 40
53111 Bonn

KONTAKT

BRCA-Netzwerk e.V.
Frau Ursel Wirz
Telefon (02 28) 33889-100, Fax (0228) 3389-110
Mobil 0151-41278910
E-Mail: ursel.wirz@brca-netzwerk.de
www.brca-netzwerk.de

Etwa fünf bis zehn Prozent der Brustkrebs- und Eierstockkrebserkrankungen sind familiär bedingt und meistens durch eine Mutation im BRCA 1 oder 2-Gen bedingt. Diesen Familien wollen wir in ihrer besonderen Situation zur Seite stehen.

Klub der Langen Menschen

ANSCHRIFT

An der Waldseite 4, 48455 Bad Bentheim

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Telefon (0 59 24) 54 00

KONTAKT

Alide Bardenhorst

An der Waldseite 4, 48455 Bad Bentheim

Telefon (0 59 24) 54 00, Fax (0 59 24) 54 02

Na, wie ist die Luft da oben?

Wenn Sie dieser wirklich nicht böse gemeinten Frage der lieben Mitmenschen etwas entgegen und mit Männern und Frauen Ihres Kalibers neue Gemeinheiten für unsere Kleinen ausbrüten wollen, kommen Sie zum Klub der Langen Menschen. Die einzige Bedingung ist eine Mindestgröße von 1,80 m für Frauen und 1,90 m für Männer – ohne Schuhe wohlgermerkt.

Der Klub mit Niederlassungen unter anderem in Münster und Osnabrück bietet neben vielerlei Aktivitäten wie Radtouren, Tanzabenden etc. vor allem aber viele Adressen von Geschäften, die sich auf lange Größen spezialisiert haben. Sowohl in Bezug auf Kleidung, Schuhe und Fahrräder wie auch auf Hotels mit Betten in Überlänge.

Außerdem gibt es Informationen und Gesprächsmöglichkeiten über Hormonbehandlungen bei Hochwuchs sowie über das Marfan-Syndrom von Betroffenen für Betroffene.

Pssst ..., neben Flohmarktanzeigen gibt es auch Kontaktanzeigen.

Lieber Locker Lernen Verein zur Förderung teilleistungsschwacher Schüler/innen e. V. Nordhorn

ANSCHRIFT

Josef-von-Eichendorff-Straße 10, 48527 Nordhorn

ERREICHBARKEIT

Telefon (0 59 21) 88 57 34
erfolgt immer ein Rückruf

KONTAKT

Lucie Hopmann
Marktstraße 31, 48529 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 7 27 79 79
E-Mail: verein.lieber.locker.lernen@t-online.de
www.lieber-locker-lernen.de

Abseits vom Schulstress, in einer lockeren und entspannten Atmosphäre, fördern wir Schülerinnen und Schüler, die von Lese- und Rechtschreibschwierigkeiten/Legasthenie betroffen sind.

Wir sind pädagogische Fachkräfte mit langjähriger Erfahrung in der Förderung von teilleistungsschwachen Kindern und Jugendlichen.

Wir legen Wert auf:

- zielgerichtete, individuelle Förderung
- Stärkung des Selbstwertgefühls Betroffener
- Kontinuierliche Fortbildung

Wir bieten an:

- Stammtisch
- Gruppenförderung

MENTOR – Die Leselernhelfer Grafschaft Bentheim e. V.

ANSCHRIFT

Im Haus des Handwerks
Harm-Hindrik-Straße 2, 48527 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Dienstag von 14.00 bis 16.00 Uhr
Donnerstag von 11.00 bis 13.00 Uhr
oder nach telefonischer Absprache
außer in den Schulferien

MENTOR – die Leselernhelfer Grafschaft Bentheim e. V. wurde im September 2006 gegründet. Mehr als 250 Grafschafter Bürgerinnen und Bürger sind von dieser Idee begeistert und engagieren sich bereits an 40 Schulen in unserem Landkreis.

Wir sind eine Gruppe Freiwilliger aus den unterschiedlichsten Berufen, die an der bestmöglichen Entwicklung von Kindern interessiert sind.

Wir haben privat und teilweise auch beruflich Erfahrung im Umgang mit Kindern. Wir wissen, dass Defizite im sprachlichen Bereich so früh wie möglich abgebaut werden sollten, um Negativfolgen hinsichtlich beruflicher Entwicklung oder sozialer Integration zu vermeiden.

Für Interessierte ist eine pädagogische Ausbildung nicht erforderlich.

MENTOR – Die Leselernhelfer Grafschaft Bentheim e. V.

KONTAKT

Inge Lange

Harm-Hindrik-Straße 2, 48527 Nordhorn

Telefon (0 59 21) 7 27 24 33

Fax (0 59 21) 7 27 25 97

E-Mail: info@mentor-grafschaft-bentheim.de

www.mentor-grafschaft-bentheim.de

- Wir haben Zeit, die wir sinnvoll zur Förderung der Lese- und Sprachkompetenz von Kindern einsetzen möchten.
- Wir tauschen Erfahrungen untereinander aus, suchen fachlichen Rat und sind um Fortbildung bemüht.
- Wir wollen in enger Absprache mit Schulen und Lehrern dort unterstützen, wo zusätzliche Hilfsangebote fehlen.
- Wir wollen keinen Nachhilfeunterricht erteilen.
- Wir wollen insbesondere Kinder fördern, die aus den unterschiedlichsten Gründen Probleme mit der deutschen Sprache haben.
- Wir wollen versuchen, förderungswillige Kinder mit Zuwendung und Geduld, aber ohne Leistungsdruck zum Lesen zu motivieren.
- Wir wollen die Lust am Lesen fördern und neugierig auf Bücher machen.

„Lungenerkrankung / COPD Atmen ist Leben“

TREFFPUNKT

Nordhorn:

Jeden ersten Donnerstag im Monat um 17.00 Uhr
im AWO-Jochen-Klepper-Haus, Veldhauser Straße 185,
Eingang von der Hohefeldstraße.

Uelsen

Jeden ersten Freitag im Monat um 10.00 Uhr in der
Begegnungsstätte der AWO

KONTAKT

Dieter Schmiedel

Berliner Straße 29a, 49824 Emlichheim

Telefon (0 59 43) 9 85 72 44

E-Mail: dieterschmiedel-haakma@gmx.de

Die COPD (chronisch obstruktive Lungenerkrankung)
mit und ohne Lungenemphysem bezeichnet als
Sammelbegriff eine Gruppe von Lungenerkrankungen.

In der Gruppe soll es Erfahrungsaustausch und
Informationen geben.

Mobbingbewältigung

ANSCHRIFT

Büro für Selbsthilfe
und Gesundheitsförderung
Am Bölt 27, 48527 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

nach Vereinbarung

KONTAKT

Dr. Annegret Hölscher
Am Bölt 27, 48527 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 96 18 67
E-Mail: annegret.hoelscher@grafschaft.de
www.selbsthilfe.grafschaft-bentheim.de

Die Kontaktperson bietet Informationsmaterial, Beratung und Unterstützungsmöglichkeiten für von Mobbing Betroffene und Mitbetroffene an.

Ziel der Unterstützungsarbeit soll sein, dass die Mobbingopfer aus ihrer Opferrolle herauskommen und Kraft gewinnen, um selbst tätig zu werden.

Inhalte der Einzel- und Gruppenarbeit sind Stressbewältigung, Krisenmanagements, kollegiale Beratung und Selbstwerttraining.

Deutsche Vereinigung Morbus Bechterew e. V. Therapiegruppe Bad Bentheim

ANSCHRIFT

Karl-Heinz Ribbels,
Am Nordesch 4, 48529 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Terminabsprache

TREFFEN

Jeden Montag, 18.40 Uhr, Trocken- und Wassergymnastik,
im Gymnastikraum und Bewegungsbecken des
Thermalsole- und Schwefelbad, Bad Bentheim

KONTAKT

Karl-Heinz Ribbels
Am Nordesch 4, 48529 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 3 98 44
E-Mail: tg-bad-bentheim@dymb-nds.de
[www.dymb-nds.de/inhalt/
oertliche-gruppen/bad-bentheim/](http://www.dymb-nds.de/inhalt/oertliche-gruppen/bad-bentheim/)

Morbus Bechterew ist eine chronische entzündliche Erkrankung der Wirbelsäule mit Versteifung und Verknöcherung, die die Betroffenen mit verschiedenen Problemen konfrontiert. Die Gruppe ist davon überzeugt, dass „Bechterewler“ Hilfe in der Gemeinschaft finden können. Sie bietet ihren Mitgliedern spezielle Gymnastik und sieht sich auch in der Rolle eines Interessenvertreters der Kranken gegenüber der Gesellschaft, dem Gesetzgeber, den Verwaltungen und Organisationen des Sozial- und Gesundheitswesens. Intensive Zusammenarbeit mit Ärzten und Therapeuten, Beratung in sozialen Fragen, aber auch gemeinsame Freizeitaktivitäten gehören zum Angebot der Gruppe.

„Di Rose“ – SHG Multiple Sklerose

ANSCHRIFT

NINO-Allee 4, Compass

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Ilka Buhr, Tel. (0 59 21) 8 11 11 51

Montags – freitags nach Vereinbarung

TREFFEN

2. Mittwoch im Monat von 17.00-19.00 Uhr

Jahnstraße 19, 48529 Nordhorn

KONTAKT

Ilka Buhr

Telefon (0 59 21) 8 11 11 51, Fax (0 59 21) 8 11 11 15 1

E-Mail: ilka.buhr@diakonie-grafschaft.de

Günter Averages

Telefon (0 59 23) 12 89

www.diakonie-grafschaft.de

Diagnose MS – es geht weiter. Wir sind in unserer Gruppe Frauen und Männer, berufstätig oder nicht, jeglichen Alters. Einige haben die Diagnose MS erst vor einigen Monaten, andere schon vor vielen Jahren erfahren. Wir reden miteinander, tauschen uns aus, informieren und laden Fachleute ein. Wenn Interesse besteht, sich einfach nur auszusprechen, umzuhören, mit Gleichgesinnten zu treffen, zu informieren, auszuruhen, zu stärken dann gibt die Selbsthilfegruppe die Möglichkeit zum Austausch und Kennenlernen.

Gesprächskreis Multiple Sklerose in Emlichheim

TREFFEN

Donnerstags um 20.00 Uhr im
Mehrgenerationenhaus „Senfkorn“
Wilsumer Straße 2-4, 49824 Emlichheim

KONTAKT

Friedhild Wargers-Gielians
Wilsumer Straße 2, 49824 Emlichheim
Telefon (0 59 43) 9 85 89-0
Mobil 01520 3404692
E-Mail: info@mgh-senfkorn.de

Multiple Sklerose ist die Krankheit mit den 1000
Gesichtern. In dem Gesprächskreis können wir uns
in gemütlicher Runde austauschen.

Selbsthilfegruppe NeuHoff

ANSCHRIFT

Ahornstraße 9, 48531 Nordhorn

TREFFEN

Letzten Donnerstag des Monats um 18.00 Uhr
weitere Informationen auf der Homepage oder telefonisch

KONTAKT

Kai Jedlicka, Ahornstraße 9, 48531 Nordhorn

Mobil 0160 94 60 79 91

Vanessa Niehaus, Nordhorn

Mobil 0172 1825438

E-Mail: shg_neuhoff@gmx.de

Internet: www.selbsthilfegruppe-neuhoff.de

Facebook: www.facebook.com/1469554716598431

Die junge Selbsthilfegruppe für neurologische Erkrankte.

Wir sind eine Selbsthilfegruppe mit jüngeren Gruppenleitern, die ihr Augenmerk auf Gleichgesinnte mit neurologischen Erkrankungen gerichtet haben.

Eine Gruppe in der Erfahrungsaustausch, Aktivitäten und Spaß groß geschrieben wird.

Kontaktkreis der Organtransplantierten und ihren Angehörigen

ANSCHRIFT

Am Rakers Kamp 37, 48531 Nordhorn

TREFFEN

Jeden ersten Dienstag im Monat
um 19.00 Uhr im Gemeindehaus am Markt
in Nordhorn (Kaminraum)

KONTAKT

Elke Roetmann
-nierentransplantiert-
Am Rakers Kamp 37, 48531 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 32 01 09
E-Mail: elke.gj@web.de

Wir sind eine Gruppe von Menschen, denen jeweils unterschiedliche Organe transplantiert wurden.

Unsere Gruppe bietet Hilfe für:

- Organempfänger
- Patienten auf der Warteliste
- Dialysepatienten
- und deren Angehörigen.

In unseren regelmäßigen Treffen im Gemeindehaus in Nordhorn suchen und bieten wir den Erfahrung- und Informationsaustausch in freundschaftlicher Atmosphäre.

Uns allen und auch unseren Angehörigen hat in einer persönlich schweren Zeit ein Gesprächspartner sehr gefehlt, der einmal in einer ähnlichen Situation gestanden hat oder steht.

Kontaktkreis der Organtransplantierten und ihren Angehörigen

WEITERE BETROFFENE KONTAKTPERSONEN

Wilhelm Hüer

-herztransplantiert-
Telefon (0 59 31) 56 43

Achim Wegmann

-herztransplantiert-
Telefon (0 59 21) 3 56 99

Heidi Foppen

-lebertransplantiert-
Telefon (0 59 31) 1 83 92

Gesinus Zwartscholten

E-Mail: g.zwartzcholten@t-online.de

Mobil 0176 73568165

Manfred Kasan

-lungentransplantiert-
Telefon (0 54 64) 90 01 72

Nun wissen wir, wie hilfreich dieses für den Einzelnen sein kann und sind sowohl bei den Gruppentreffen wie auch im persönlichen oder telefonischen Gespräch gerne dazu bereit. Es ist uns ebenfalls ein wichtiges Anliegen, die Öffentlichkeit über die Möglichkeiten der Organspende zu informieren und auf die Not der vielen Patienten auf der Warteliste aufmerksam zu machen. Auch Geselliges kommt bei uns nicht zu kurz.

Deutsche Parkinson Vereinigung

ANSCHRIFT

Waldenburger Straße 1a, 48529 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Nach Vereinbarung

TREFFEN

2. Dienstag im Monat, dienstags von 14.30 – 16.30 Uhr
Martin-Luther-Gemeindehaus
Klarastraße 25, 48529 Nordhorn

KONTAKT

Hedwig Dreher
Waldenburger Straße 1a, 48529 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 1 53 93
E-Mail: hedwig.dreher@web.de

Wir sind eine von 42 Selbsthilfegruppen in Niedersachsen und bieten Patienten, Angehörigen und Interessierten, Informationen zur Parkinsonschen Erkrankung an.

Treffen mit Kaffee und Kuchen, anschließend wird Gymnastik gemacht.

SHG Ängste, Phobien, Zwänge, Panikattacken und andere psychische Störungen

ANSCHRIFT

Bergstraße 24,
48527 Nordhorn

TREFFEN

Jeden 1. und 3. Montag im Monat um 19.00 Uhr
im Hansa Wohnstift am Vechtesee,
Am Wassergarten 2, 48529 Nordhorn

KONTAKT

Heike Handlöchten
Bergstraße 24, 48527 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 3 98 38
angstselbsthilfegruppenordhorn.de

Gespräche, Entspannungsübungen

SHG für Menschen mit psychischen Erkrankungen

ANSCHRIFT

Obere Blanke 1
48529 Nordhorn

TREFFEN

Jeden 2. und 4. Montag im Monat um 19.00 Uhr
im Mehrgenerationenhaus, Schulstraße 19, Nordhorn

KONTAKT

Iris Mantei
Obere Blanke 1, 48529 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 8 15 73 91
E-Mail: iris.mantei@live.de

Karin Hinderink
Adlerstraße 31, 48527 Nordhorn
Mobil 0174 7 37 79 72
E-Mail: grafschafter-grenzgaenger@web.de

Den Teilnehmern soll die Möglichkeit gegeben werden, in einem geschützten Rahmen untereinander ins Gespräch zu kommen, Erfahrungen auszutauschen und Lösungs-Ansätze zu finden. Alles was in der Gruppe besprochen wird, bleibt in der Gruppe.

Restless Legs Syndrom (RLS)

ANSCHRIFT

Heysenstiege 21, 49828 Neuenhaus

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Nach Anfrage

TREFFEN

Jeden 2. Montag in geraden Monaten

KONTAKT

Monika Fritsch, Heysenstiege 21, 49828 Neuenhaus
Telefon (0 59 41) 6249

Gerhard Olthuis, Heysenstiege 21, 49828 Neuenhaus
Telefon (0 59 41) 62 49

Mobil 0175 1246248

E-Mail: fritsch.monika@arcor.de

Restless Legs Syndrom – noch nie gehört?

Schätzungsweise 5 bis 10 Prozent der Bevölkerung leiden an dem „Syndrom der ruhelosen Beine“, auch „Restless Legs Syndrom“ oder kurz RLS genannt. Wie diese Bezeichnung schon verrät, sind die Hauptsymptome ruh- und rastlose Beine. Das bedeutet, dass die Betroffenen einen starken Drang verspüren, sich zu bewegen und zu laufen – und das oftmals gerade dann, wenn man sich eigentlich hinsetzen und ausruhen oder wenn man schlafen möchte. Hinzu kommen Missempfindungen wie Stechen, Kribbeln und Krämpfe in den Beinen sowie ausgeprägte Schlafstörungen. Nicht selten überkommen die Patienten aufgrund des mangelnden Schlafes bereits am frühen Morgen erste Erschöpfungs- und Sekundenschlafzustände.

Für Betroffene, für deren Angehörige sowie für Interessierte bietet die RLS-Selbsthilfegruppe in der Grafschaft Bentheim eine Anlaufstelle. Hier werden die gemeinsamen Probleme diskutiert, Erfahrungen ausgetauscht, Diagnose- und Behandlungsmöglichkeiten besprochen sowie viele weitere Aspekte aufgegriffen. Besuchen Sie die RLS-Selbsthilfegruppe, denn hier sind Sie mit Ihren Problemen nicht allein!

Rheuma-Liga Niedersachsen e. V. Arbeitsgemeinschaft Nordhorn

ANSCHRIFT

Leipziger Straße 78, 48529 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Nach Vereinbarung

KONTAKT

Dagmar Borg

Leipziger Straße 78, 48529 Nordhorn

Telefon (0 59 21) 7 20 51 66

E-Mail: ag-nordhorn@rheuma-liga-nds.de

www.rheuma-liga-nds.de

Rheuma ist die Volkskrankheit Nummer 1. Sie bedeutet eine Einschränkung des Bewegungsapparates und betrifft sowohl Kinder als auch Erwachsene. Unter dem Begriff Rheuma fallen u. a. folgende Erkrankungen und Einschränkungen: Weichteilrheuma, Arthrose, Arthritis, Bechterew, Bandscheibenvorfall, Rückenschmerzen, Verschleiß in der Wirbelsäule oder Hüftbeschwerden. Die vier Grafschafter Gruppen geben Hilfe zur Selbsthilfe und wollen dadurch die Lebensqualität der Betroffenen verbessern. Bewegung, Begegnung und Beratung lauten die Stichworte: Gesprächs- und Informationsabende, der Besuch von Fachvorträgen, Gymnastik, persönliche und fachliche Gespräche, gemeinsame Freizeitaktivitäten gehören zu den Angeboten aller Gruppen.

Wir bieten von Montag bis Freitag Wassergymnastik im Delfinoh, Nordhorn und im Dorper Esch in Denekamp/NL an. Trockengymnastik findet in den Räumlichkeiten der VHS an zwei Tagen in der Woche statt.

Rheuma-Liga Niedersachsen e. V. Arbeitsgemeinschaft Bad Bentheim

ANSCHRIFT

Thomas-Mann-Straße 6, 48455 Bad Bentheim

TREFFEN

Warmwasser- und Trockengymnastik
täglich zu verschiedenen Zeiten im Thermal-
Solebad Fachklinik Bad Bentheim.

Treffen zum Gespräch oder gelegentliche Vorträge
Termin wird in den GN bekannt gegeben.

KONTAKT

Anne Heckhuis,
Thomas-Mann-Straße 6, 48455 Bad Bentheim
Telefon (0 59 22) 6 45 02 98
E-Mail: anne.heckhuis@googlemail.com

Rheuma ist die Volkskrankheit Nummer 1. Sie bedeutet eine Einschränkung des Bewegungsapparates und betrifft sowohl Kinder als auch Erwachsene. Unter dem Begriff Rheuma fallen u. a. folgende Erkrankungen und Einschränkungen: Weichteilrheuma, Arthrose, Arthritis, Bechterew, Bandscheibenvorfall, Rückenschmerzen, Verschleiß in der Wirbelsäule oder Hüftbeschwerden. Die vier Grafschafter Gruppen geben Hilfe zur Selbsthilfe und wollen dadurch die Lebensqualität der Betroffenen verbessern. Bewegung, Begegnung und Beratung lauten die Stichworte: Gesprächs- und Informationsabende, der Besuch von Fachvorträgen, Gymnastik, persönliche und fachliche Gespräche, gemeinsame Freizeitaktivitäten gehören zu den Angeboten aller Gruppen.

Rheuma-Liga Niedersachsen e. V. Arbeitsgemeinschaft Schüttorf

ANSCHRIFT

Am Tannenkamp 5, 48465 Schüttorf

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

täglich

TREFFEN

auf Anfrage

KONTAKT

Christa Patten

Am Tannenkamp 5, 48465 Schüttorf

Telefon (0 59 23) 16 79

E-Mail: ag-schuettorf@rheuma-liga-nds.de

www.rheuma-liga-nds.de

„Rheuma“ ist ein Sammelbegriff für viele rheumatische Erkrankungen. Zu ihnen zählen die Arthrosen, die Bechterew'sche Erkrankung, die rheumatoide Arthritis, Fibromyalgie, Kollagenosen und andere Erkrankungen des Muskel- und Skelettsystems, wie Bandscheibenvorfall, Rückenschmerzen, Verschleiß der Wirbelsäule oder Knie- und Hüftbeschwerden. Die medizinische Versorgung der Betroffenen allein reicht nicht immer aus, so dass zusätzliche Hilfs- und Selbsthilfemöglichkeiten ergänzend und unterstützend erforderlich sind.

Wir bieten verschiedene Aktivitäten an wie Wasser- und Trockengymnastik in der Bentheimer Mineraltherme, Freizeitaktivitäten und einen Fibromyalgie-Gesprächskreis mit therapeutischer Unterstützung.

Rheuma-Liga Niedersachsen e. V. Arbeitsgemeinschaft Emlichheim

ANSCHRIFT

Vechtelstraße 48, 49824 Laar

TREFFEN

Montag bis Freitag zu verschiedenen
Zeiten Warmwassergymnastik

KONTAKT

Gerda Baarlink

Vechtelstraße 48, 49824 Laar

Telefon (0 59 43) 9 83 37 41

Zwanti Helweg

Raiffeisenstraße 14, 49824 Ringe

Telefon (0 59 43) 46 22

E-Mail: ag-emlichheim@rheuma-liga-nds.de

www.rheuma-liga-nds.de

Der Begriff „Rheuma“ ist ein Sammelbegriff für eine Vielzahl verschiedener Erkrankungen, die den Bewegungsapparat betreffen und die mit Schmerzen und Bewegungseinschränkungen verbunden sein können. Hierunter sind verschleißbedingte Gelenk- und Wirbelsäulenerkrankungen zu verstehen.

Die Arbeitsgemeinschaft bietet verschiedene Aktivitäten, wie das wichtige Funktionstraining Warmwassergymnastik an. Das Funktionstraining muss ärztlich verordnet werden.

Kontakt- und Beratungsstelle für Angehörige von Schädel-Hirnverletzten

ANSCHRIFT

Ev. Krankenhausverein e. V.
Berliner Straße 27 – 29, 49824 Emlichheim

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Montag – Donnerstag von 8.30 – 17.00 Uhr
Freitag von 8.30 – 12.30 Uhr
Persönliche Gespräche bitte nach
vorheriger telefonischer Rücksprache

TREFFEN

Jeder 1. Mittwoch im Monat 15.00 – 17.00 Uhr
Im Wintergarten, Haus Soteria 1

KONTAKT

Gerlinde Voet
Am Ham 16
Telefon (0 59 43) 91 00, Fax (0 59 43) 91 03 60
E-Mail: info@schaedelhirnhilfe.de
www.schaedelhirnhilfe.de

Jährlich erleiden ca. 100.000 Menschen in Deutschland eine schwere Schädel- und Hirnverletzung, von denen wiederum ca. 45.000 Menschen langanhaltende oder dauerhafte Funktionsstörungen behalten. Für die Angehörigen bedeutet dies von einer Sekunde auf die andere mit einer völlig neuen, fremden Situation zurechtzukommen. Die Gruppe, in der auch gerne Angehörige gesehen werden, die bislang noch nichts mit der Einrichtung in Emlichheim zu tun hatten, will über Rehabilitationsangebote und deren Finanzierung informieren, sie will den Erfahrungsaustausch zwischen den Angehörigen fördern, die Angehörigen fortbilden und Lösungsansätze bieten.

Deutsche Schmerzliga e. V. Regionalgruppe Nordhorn

ANSCHRIFT

Hyazinthenring 11

TREFFEN

Nach Absprache

KONTAKT

Helga Wolterink

Hyazinthenring 11, 49828 Neuenhaus

Telefon (0 59 41) 53 40

E-Mail: helga.wolterink@web.de

Das Motto der Gruppe lautet „Gemeinsam Schmerzen lindern“. Ob akute oder chronische Schmerzen – die Gruppe als soziales Lernfeld lässt chronisch Erkrankte und auch deren Angehörige erfahren, dass ihre Schwierigkeiten nicht nur ihr persönliches Problem ist. Die Gruppe ermöglicht den Erfahrungs- und Meinungs austausch, erfüllt das Grundbedürfnis nach Kontakt und Kommunikation.

Schmerzbewältigungskurse, Fortbildungsveranstaltungen, Entspannungsübungen, Fachvorträge und Freizeitgestaltung stehen auf der Programmliste. Informiert wird ferner ständig über die verschiedensten Methoden der Schmerzbehandlung (z. B. alternative Medizin, Chinesische Medizin, Schulmedizin) sowie die Vermittlung von schmerztherapeutischen Einrichtungen.

Gruppe für Frauen, die ihren Selbstwert stärken wollen, „Starke Frauen“

ANSCHRIFT

Frauenberatung Nordhorn,
Steinmaate 1, 48529 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Dienstags und donnerstags
von 09.00 – 12.00 Uhr
und von 15.00 – 18.00 Uhr

TREFFEN

Bitte erfragen

„Ich bin in Ordnung und die anderen mögen mich.“
Mit dieser Einstellung kann man gut durchs Leben kommen. Wer sich selbst Achtung und Wertschätzung geben kann, ist zufriedener, traut sich etwas zu und kann sich in Beziehungen mit anderen Menschen behaupten.

Der positive Blick auf sich selbst gelingt aber nicht immer. Was ist, wenn man an sich zweifelt und sich nicht so in Ordnung findet, wie man ist? Wenn man sich klein macht oder es allen Recht machen will? Wenn man sich nicht traut, „Nein“ zu sagen? Ein Leben mit geringer Selbstachtung ist anstrengend und belastend.

Nicht jede Frau hat das Glück, dass ihr die Erziehung eine positive Haltung zu sich selbst mitgegeben hat. Frauen, denen es an Selbstwert fehlt, können aber auch als Erwachsene noch lernen, sich selbst zu mögen und sich bei anderen für sich und ihre Bedürfnisse einzusetzen.

Gruppe für Frauen, die ihren Selbstwert stärken wollen, „Starke Frauen“

KONTAKT

Christine Richter-Brüggen
Frauenberatung Nordhorn,
Steinmaate 1, 48529 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 7 77 79
E-Mail: kontakt@frauenberatung-nordhorn.de
www.frauenberatung-nordhorn.de

Das Selbstwerttraining hilft, sich mit den anderen in der Gruppe auf den Weg zu einem gesunden Selbstwertgefühl zu machen.

Wichtige Themen sind: Eigene Stärken entdecken und wertschätzen, sich selbst positiver erleben, sich freundlich und wirkungsvoll durchsetzen lernen, Grenzen setzen, die Kommunikation verbessern und anderes mehr.

Eine Anmeldung ist für diese Gruppe erforderlich.

Missbrauchsoffer

TREFFEN

Im Mehrgenerationenhaus Emlichheim

KONTAKT

Selbsthilfekontaktstelle des Landkreises Grafschaft Bentheim

Frau Dr. Annegret Hölscher

Am Bölt 27, 48527 Nordhorn

Telefon (0 59 21) 96 18 67

E-Mail: Annegret.hoelscher@grafschafft.de

Die Selbsthilfegruppe für Missbrauchsoffer wird von einer Betroffenen geleitet. Menschen die sexuellen Missbrauch in der Kindheit oder auch später erfahren haben, können mit anderen Betroffenen in Kontakt kommen. In einem geschützten Rahmen ist es dann möglich, sich auszutauschen.

Spielergruppe

ANSCHRIFT

Drogenberatungsstelle,
Kistemakerstraße 5 - 7, 48527 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Montag: 9.00 – 12.00 Uhr 14.30 – 16.30 Uhr

Dienstag: 14.30 – 16.30 Uhr

Mittwoch: 9.00 – 12.00 Uhr

Donnerstag 14.30 – 16.30 Uhr

Freitag: 9.00 - 12.00 Uhr

KONTAKT

L. Bergner, D. Urbaniak, R. Schröers
Drogenberatungsstelle
Kistemakerstraße 5 – 7, 48527 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 3 89 28, Fax (0 59 21) 3 27 75
E-Mail: lothar.bergner@drob-nordhorn.de
dagmar.urbaniak@drob-nordhorn.de
roswitha.schröers@drob-nordhorn.de

Manuela van Tübbergen
Telefon (0 59 42) 25 13

Tobias Hansmann, Leiter der Spielergruppe
Mobil 0173 6 59 55 55
E-Mail: hansmann_tobias@web.de

In der Selbsthilfegruppe treffen sich Spieler zum gemeinsamen Erfahrungsaustausch. Probleme im Alltag werden angesprochen, Informationen ausgetauscht.

Stotterer-Selbsthilfegruppe Emsland und Grafschaft Bentheim

ANSCHRIFT

Klaus Liebisch
Sielfeldstraße 5, 27318 Hoya

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Nach Vereinbarung

TREFFEN

Alle 2 Wochen donnerstags von 19.30 – 21.30 Uhr
in den Wohnungen der Teilnehmer.

KONTAKT

Klaus Liebisch
Stottern & Selbsthilfe Nord e.V.
Landesverband/Kassenwart
Sielfeldstraße 5, 27318 Hoya
Telefon (0 42 51) 98 39 90
E-Mail: kassenwart@stottern-nord.de

Hermann Wewers
E-Mail: hermann.wewers@ok.de

Heike Kunz
Telefon (0 59 31) 8 88 57 95

www.stottern-nord.de

Der LV Nord ist ein regionaler Zusammenschluss der Stotterer-Selbsthilfegruppen und der Mitglieder der Bundesvereinigung Stotterer-Selbsthilfe aus den Bundesländern Schleswig-Holstein, Niedersachsen, Hamburg und Bremen.

Wir vertreten die Interessen stotternder Menschen in der Öffentlichkeit. Unser Hauptziel ist es, die Lebenssituation von stotternden Menschen zu verbessern und dem Entstehen von Stottern entgegenzuwirken.

Insbesondere unterstützen wir die Arbeit der örtlichen Stotterer-Selbsthilfegruppen und fördern die Gründung von neuen Selbsthilfegruppen.

Stoma-Selbsthilfegruppe

ANSCHRIFT

Arnold Bertels
Bentheimer Straße 420, 48531 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

(0 59 21) 72 11 78

TREFFEN

Zweiten Donnerstag im Monat in der
Bibliothek der EUREGIO-Klinik
Von 17.00 bis 18.30 Uhr

KONTAKT

Arnold Bertels
Bentheimer Straße 420, 48531 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 72 11 78, Fax (0 59 21) 7 12 64 90
E-Mail: arnold.bertels@aol.de

Wie gehe ich mit einem Stoma um?

- Informationen
- Erfahrungsaustausch
- Euro-Schlüssel
- Kurzvorträge u.v.m.

Transgender Gesprächspartner

ANSCHRIFT

Döppersweg 4, 48531 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Nach Vereinbarung

KONTAKT

Hanne Wagenvoord

Döppersweg 4, 48531 Nordhorn

Telefon (0 59 21) 71 29 28

E-Mail: tggp.hanne@hotmail.com

Individuelle Beratung Mann zu Frau
Frau zu Mann (Transgender)

Gesprächskreis verwaiste Eltern in Emlichheim

ANSCHRIFT

Kath. Familienbildungsstätte,
Steinmaate 2, 48529 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Nach Vereinbarung

TREFFEN

Jeden 3. Montag im Monat
(außer in den Ferien)
um 19.00 Uhr in Emlichheim
im Mehrgenerationenhaus Senfkorn

KONTAKT

Gerlinde Trüün (leitet die Gruppe
im Mehrgenerationenhaus Senfkorn)
Wilsumer Straße 2-4, 49824 Emlichheim
Telefon (0 59 43) 74 03
E-Mail: gerlinde.trueuen@web.de
www.mgh-senfkornde.de

Der Tod eines Kindes bedeutet besonders für die Eltern eine Krise, die ihr Leben total verändert. Nichts ist mehr, wie es war! Die Erschütterung ist fundamental! Gott und die Welt stehen in Frage. Zu der Trauer kommen oft zermürbende Selbstvorwürfe und auch schwere Enttäuschung, weil Freunde und Bekannte häufig hilflos sind und sich zurückziehen. Äußerst kritisch wirkt sich auch die unterschiedliche Verarbeitung der Trauer von Männern und Frauen aus, Probleme der Partnerschaft sind häufig die Folge. Der Gesprächskreis möchte betroffenen Eltern ein Ansprechpartner sein.

Gesprächskreis trauernde Eltern in Nordhorn

TREFFEN

Jeden 1. Montag im Monat um 19.30 Uhr

TREFFPUNKT

Mehrgenerationenhaus
Schulstraße 19, 48529 Nordhorn

KONTAKT

Monika van Kooten
Rüscheweg 7, 48531 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 99 28 33
Mobil 0177-7992833
Email: mimi-vk@web.de

In der ersten Zeit sind irgendwie alle Menschen um einem herum und versuchen dich aufzufangen, aber sobald etwas Zeit vergangen ist, geht für alle anderen das „normale Leben“ weiter und plötzlich ist man mit seiner Trauer allein.

Wohin mit diesem unerträglichen Schmerz und der tiefen Traurigkeit? Diese Selbsthilfegruppe richtet sich an Eltern, die ein Kind verloren haben.

Gemeinsam wollen wir uns in der Gruppe Halt und Stärke geben und über unseren schweren Verlust in vertraulicher Atmosphäre sprechen oder nur zuhören.

Die Sternenkinder

ANSCHRIFT

Siemensstraße 11b, Wietmarschen Lohne

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Zu jeder Zeit

TREFFEN

Jeden 2. Mittwoch im Monat ab 20.00 Uhr
privat bei Frau Christiane Schmidt

KONTAKT

Christiane Schmidt
Siemensstraße 11b, 49835 Wietmarschen/Lohne
Telefon (0 59 08) 88 76, Fax (0 59 08) 88 76
E-Mail: cristiane@ferienhaus-kilian.de

Was sind die Sternenkinder?

Wir sind eine Selbsthilfegruppe. Aus eigener Erfahrung wurde diese Selbsthilfegruppe „Die Sternenkinder“ im Jahre 2000 gegründet. Wir sind ein Kreis betroffener Väter und Mütter, die ein Kind während der Schwangerschaft (durch eine frühe oder späte Fehlgeburt, Totgeburt oder einen medizinisch indizierten Schwangerschaftsabbruch) während der Geburt oder kurz danach verloren haben. Wir möchten betroffenen Eltern die Möglichkeit zum Austausch und Hilfe zur Trauerarbeit geben. Niemand versteht betroffene Eltern besser, als trauernde Eltern, denen Ähnliches passiert ist und dass das Angenommen- und Verstandenwerden in der Zeit nach dem Tod eines Babys unendlich wichtig ist. In unserer Gruppe sind auch Eltern willkommen, deren Kindsverlust schon länger zurückliegt.

Gruppe für Frauen mit traumatischen Erfahrungen und PTBS „Stabilisierungsgruppe nach Trauma“

ANSCHRIFT

Frauenberatung, Steinmaate 1, 48529 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

Dienstags und donnerstags von 09.00 – 12.00 Uhr
und von 15.00 – 18.00 Uhr

TREFFEN

jeden 3. Mittwoch, 15.00 – 17.00 Uhr

Ein Trauma, das ist eine belastende Erfahrung, bei der man sich hilflos und ausgeliefert fühlt. Frauen, die traumatische Erfahrungen gemacht haben, – dies gilt besonders für Gewalterfahrungen, – leiden oft unter Flash-Backs, das heißt, sie sehen das belastende Ereignis immer wieder wie ein Film ablaufen. Hinzu kommen Folgeerscheinungen wie Ängste, Schlafstörungen, schlechte Stressverarbeitung und vieles andere mehr.

Die Betroffenen haben diese Probleme nicht selbst herbeigeführt, müssen sie aber bewältigen. Das kostet viel Kraft.

In der Gruppe kann man wieder neue Kraft finden und sich stabilisieren, damit der Alltag besser zu bewältigen ist.

Gruppe für Frauen mit traumatischen Erfahrungen und PTBS „Stabilisierungsgruppe nach Trauma“

KONTAKT

Mechthild Iburg
Frauenberatung
Steinmaate 1, 48529 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 7 77 79, Fax (0 59 21) 99 11 99
E-Mail: kontakt@frauenberatung-nordhorn.de
www.frauenberatung-nordhorn.de

Vorsicht: Es soll nicht über die traumatischen Erfahrungen selbst gesprochen werden, das führt oft zu erneutem Eintauchen in alte Gefühle, was in der Psychologie als schädlich erwiesen ist. Außerdem werden dann die anderen Teilnehmerinnen der Gruppe durch die Erfahrung der anderen zusätzlich belastet.

Es geht darum, aktuelle Probleme gut zu bewältigen, stabilisierende Übungen kennen zu lernen und zu trainieren, wie Stressbewältigung, Problemlösung, Distanzierungs- und Kontrolltechniken, um besser mit den belastenden Erfahrungen umzugehen.

Ein Vorgespräch ist erforderlich.

Selbsthilfegruppe für Angehörige um Suizid

TREFFEN

Am 2. Donnerstag des Monats, 19.30-21.00 Uhr

ORT

N.N.

KONTAKT

Martin Schevel

Mobil 0177 9546100

E-Mail: martin@schevel.de

Der Suizid eines Angehörigen oder nahe stehenden Menschen stürzt die Hinterbliebenen oft in ein Chaos aus Trauer, Verzweiflung, Sprachlosigkeit und Schuldgefühlen.

In dieser Gruppe tauschen Angehörige ihre Erfahrungen miteinander aus, geben Unterstützung oder hören einfach nur zu.

Selbsthilfegruppe für Menschen mit traumatischen Erfahrungen

ANSCHRIFT

Kontaktstelle Gesundheitsförderung und Selbsthilfe
Am Bölt 27, 48527 Nordhorn

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

nach vorheriger telefonischer Rücksprache

KONTAKT

Dr. Annegret Hölscher
Am Bölt 27, 48527 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 96 18 67, Fax (0 59 21) 96 18 77
E-Mail: annegret.hoelscher@grafschaft.de

Traumata sind natürlich unterschiedlich, aber gerade bei den Folgeerscheinungen und der Verarbeitung der belastenden Erfahrungen gibt es viele Parallelen. Mit Angst, Unruhe, Unsicherheit oder Flashbacks seien hier nur einige genannt.

In dieser Selbsthilfegruppe soll offen und frei über alles geredet werden. Dies soll gewährleistet werden durch:

- Verschwiegenheit – alles Gesagte wird nicht nach außen getragen
- Respekt untereinander
- Akzeptanz für das Problem der anderen
- Vertrauen – man darf auch Schwäche zeigen
- Offenheit – Erfahrungswissen weitergeben

Selbsthilfegruppe für Angehörige von Wachkomapatienten

ANSCHRIFT

Nicole de Bruin
Morsstraße 37, 49828 Neuenhaus

TREFFEN

Jeden letzten Mittwoch im Monat um 19.00 Uhr
im Familien Service Büro Neuenhaus
Hauptstraße 55, 49828 Neuenhaus

KONTAKT

Nicole de Bruin
Morsstraße 37, 49828 Neuenhaus
Telefon (0 59 41) 92 08 50
Mobil 0162-6292417
E-Mail: sterngleiter01@aol.com

Was bedeutet es für Angehörige, wenn der geliebte Partner, Eltern oder eigene Kinder im Wachkoma liegt?

In dieser Selbsthilfegruppe können Angehörige im geschützten Raum über Ihre Sorgen und Nöte erzählen, sich gegenseitig in der Gruppe unterstützen und neue Erfahrungen und Informationen bekommen.

SHG für Zöliakie Grafschaft Bentheim/Rheine

ANSCHRIFT

Bentheimer Straße 66, 48465 Schüttorf

SPRECHZEITEN/ERREICHBARKEIT

telefonisch oder per Mail immer gerne
19.00 – 20.00 Uhr

TREFFEN

auf Anfrage

KONTAKT

Sylvia Tyman
Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin,
Pädiatrische Gastroenterologie Neonatologie

Tanja Evers
Kontaktperson Kindergruppe
Mobil 0176 56846788

www.vereine-im-netz.de/glutenfrei-in-nordhorn

Der Austausch mit anderen Betroffenen ist uns wichtig. Vor allem für Neubetroffene ist es wichtig, schnell zu erfahren, dass man mit Zöliakie gut und gesund leben kann. Es sollen Informationen über gute Einkaufsmöglichkeiten glutenfreier Lebensmittel, Rezepte, gute Urlaubsziele, Restauranttipps u. ä. Dinge untereinander weitergegeben werden.

Für Kinder gibt es zweimal im Jahr ein Spezial-Event (Backkurs, basteln...). Uns ist es wichtig, dass sie wissen, dass es auch andere Kinder mit Zöliakie gibt und dass sie mal beherzt essen dürfen, weil alles glutenfrei angeboten wird.

Da wir nicht nur in der EUREGIO Klinik sind, sondern auch mal zusammen essen gehen oder in der VHS kochen, bitte vorher anmelden.

Weitere Verbände, Institutionen und Vereine

Im Landkreis Grafschaft Bentheim gibt es neben den hier beschriebenen Selbsthilfegruppen zahlreiche Verbände, Institutionen und Vereine, die Beratungen und Hilfe anbieten:

ARBEITERWOHLFAHRT

Kreisverband Grafschaft Bentheim e.V.
Veldhauser Straße 185, 48527 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 82 62-0
E-Mail: info@awo-nordhorn.de
www.awo-kreisverband-nordhorn.de

BERATUNGSSTELLE FÜR EHE-, FAMILIEN- UND LEBENSFRAGEN

Hauptstraße 10, 48529 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 7 78 88
E-Mail: buero@bs-nordhorn.de
www.bs-nordhorn.de

HOBBIT

Beratungsstelle für Betroffene von sexueller Gewalt
Bachstraße 2, 48527 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 64 64
E-Mail: info@beratungsstelle-hobbit.de
www.beratungsstelle-hobbit.de

CARITASVERBAND FÜR DEN LANDKREIS GRAFSCHAFT BENTHEIM

Sozialeinrichtung
NINO-Alle 4, 48529 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 81 11 10
E-Mail: LK-Graf-Bentheim@caritas-os.de
www.caritas-os.de

Weitere Verbände, Institutionen und Vereine

DEUTSCHES ROTES KREUZ

Kreisverband Grafschaft Bentheim
Denekamper Straße 76, 48529 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 88 36-0
E-Mail: info@drk-kv-nordhorn.de
www.drk-noh.de

EV.-REF. DIAKONISCHES WERK

GRAFSCHAFT BENTHEIM GEMEINNÜTZIGE GMBH

NINO-Allee 4, 48529 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 8 11 11-0, Fax (0 59 21) 81 111-198
E-Mail: info@diakonie-grafschaft.de
www.diakonie-grafschaft.de

PARITÄTISCHER WOHLFAHRTSVERBAND

GRAFSCHAFT BENTHEIM

Große Gartenstraße 14, 48529 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 8 91 75
E-Mail: anja.jankowsky@paritaetischer.de
www.paritaetischer.de

FAMILIENBILDUNGSSTÄTTE

Steinmaate 2, 49529 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 89 91-0
E-Mail: anmeldung@fabi-nordhorn.de
www.fabi-nordhorn.de

BÜRGERHILFE E.V.

Paulstraße 13, 48529 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 72 37 52
E-Mail: info@buengerhilfe.org
www.buengerhilfe.org

Weitere Verbände, Institutionen und Vereine

KOMMIN-TREFFPUNKT FÜR KOMMUNIKATION & INKLUSION

Geisinkstraße 1, 48527 Nordhorn

Telefon (0 59 21) 7 13 82 81, Fax (0 59 21) 9 93 33 18

E-Mail: info@hilfenzurselbsthilfe.de

www.kommin.net

DEUTSCHER KINDERSCHUTZBUND

KREISVERBAND GRAFSCHAFT BENTHEIM

Große Gartenstr. 14, 48529 Nordhorn

Telefon (0 59 21) 7 60 00

E-Mail: deutscher.kinderschutzbund@ewetel.net

www.kinderschutzbund-grafschaft-bentheim.de

FRAUENBERATUNGSSTELLE BERATUNG UND HILFE E.V.

Steinmaate 1, 48527 Nordhorn

Telefon (0 59 21) 7 77 79

E-Mail: kontakt@frauenberatung-nordhorn.de

www.frauen-maedchen-beratung.de

DROGENBERATUNGSSTELLE

Kistemakerstraße 5-7, 48527 Nordhorn

E-Mail: anneliese.schiele@drob-nordhorn.de

www.grafschaft-bentheim.de

DAT HUS

Ambulante und stationäre Wohnangebote
für psychisch kranke Erwachsene

Sandstiege 16, 48529 Nordhorn

E-Mail: dathus@diakonie-grafschaft.de

www.diakonie-grafschaft.de

Weitere Verbände, Institutionen und Vereine

„TASte“

Tagesstätte für psychisch kranke Erwachsene

Jahnstraße 19, 48529 Nordhorn

Telefon (0 59 21) 30 39 10

E-Mail: taste@reformiert-grafschaft.de

www.diakonie-grafschaft.de

UP`N PATT

Begegnungsstätte für Menschen, die an Erfahrungen mit psychischen Erkrankungen interessiert sind

Jahnstraße 19, 48529 Nordhorn

E-Mail: taste@reformiert-grafschaft.de

www.diakonie-grafschaft.de

DIE BRÜCKE

Verein zur Hilfe psychisch Kranker e.V.

Charlottenstraße 18, 48529 Nordhorn

Telefon (0 59 21) 8 00 30

E-Mail: die_bruecke@gmx.de

TAGESKLINIK FÜR PSYCHIATRIE UND PSYCHOTHERAPIE NORDHORN

Backhuusweg 8, 48529 Nordhorn

Telefon (0 59 21) 82 07 -0

E-Mail: station55@mail-gk-noh.de

SOZIALPSYCHIATRISCHER DIENST LANDKREIS GRAFSCHAFT BENTHEIM

Am Bölt 27, 48527 Nordhorn

Telefon (0 59 21) 96 18 75

E-Mail: karin.herzig@grafschaft.de

www.grafschaft-bentheim.de

Weitere Verbände, Institutionen und Vereine

EUREGIO-KLINIK

Albert-Schweizer-Straße 10, 48527 Nordhorn

Telefon (0 59 21) 84 -0

E-Mail: info@gknoh.de

www.grafschafter-klinikum.de

FREIWILLIGEN-AGENTUR GRAFSCHAFT BENTHEIM E.V. SENIOREN-SERVICE-BÜRO

Vechteau 2, 48529 Nordhorn

Telefon (0 59 21) 8 19 89 89

E-Mail: team@fa-grafschaft.de

www.fa-grafschaft.de

Postadresse: Van-Delden-Straße 1-7

LEBENSILF E NORDHORN GGMBH

Stadtring 45, 48527 Nordhorn

Telefon (0 59 21) 80 61-0, Fax (0 59 21) 80 61-50

E-Mail: info@lebenshilfe-nordhorn.de

SENIOREN- UND PFLEGESTÜTZPUNKT GRAFSCHAFT BENTHEIM (SPN)

Am Bölt 27, 48527 Nordhorn

Telefon (0 59 21) 96 18 66 oder 96 18 48

E-Mail: paula.nordemann@grafschaft.de

hanna.reurik@grafschaft.de

www.grafschaft-bentheim.de

Wilsumer-Straße 2-4, 49824 Emlichheim

Telefon (0 59 43) 98 58 90

E-Mail: k.platje@mgH-senfkorN.de

Weitere Verbände, Institutionen und Vereine

MEHRGENERATIONENHAUS „SENFKORN“

Wilsumer Straße 2-4, 49824 Emlichheim

Telefon (0 59 43) 91 43 22

www.mgh-senfkornde.de

DRK MEHRGENERATIONENHAUS

Schulstraße 19, 48527 Nordhorn

Telefon (0 59 21) 1 79 34 94

E-Mail: mgh@drk-kv-nordhorn.de

www.mehrgenerationenhaeuser.de

FAMILIEN SERVICE BÜRO

FÜR DIE GEMEINDE WIETMARSCHEN

Feldstraße 2, 49835 Wietmarschen

Telefon (0 59 08) 9 37 19 78

E-Mail: fsb-wietmarschen@grafschaft.de

FAMILIEN SERVICE BÜRO

FÜR DIE SAMTGEMEINDE EMLICHHEIM

Wilsumer Straße 2, 49824 Emlichheim

Telefon (0 59 43) 98 42 54

E-Mail: fsb-emlichheim@grafschaft.de

FAMILIEN SERVICE BÜRO

FÜR DIE SAMTGEMEINDE NEUENHAUS

Hauptstraße 55, 49828 Neuenhaus

Telefon (0 59 41) 9 88 79 58

E-Mail: fsb-neuenhaus@grafschaft.de

FAMILIEN SERVICE BÜRO

FÜR DIE SAMTGEMEINDE SCHÜTTORF

Sportplatzstraße 1, 48465 Schüttorf

Telefon (0 59 23) 90 29 49

E-Mail: fsb-schuettorf@grafschaft.de

Weitere Verbände, Institutionen und Vereine

FAMILIEN SERVICE BÜRO FÜR DIE SAMTGEMEINDE UELSEN

Wilsumer Straße 16, 49843 Uelsen

Telefon (0 59 42) 9 22 97 87

E-Mail: fsb-uelsen@grafschaft.de

FAMILIEN SERVICE BÜRO FÜR DIE STADT BAD BENTHEIM

Ochtruper Straße 10, 48455 Bad Bentheim

Telefon (05922) 77 70 63

E-Mail: fsb-badbentheim@grafschaft.de

FAMILIENZENTRUM FÜR DIE STADT NORDHORN

Jahnstraße 6, 48529 Nordhorn

Telefon (0 59 21) 96 38 05

E-Mail: fsb-nordhorn@grafschaft.de

SOZIALVERBAND DEUTSCHLAND SOVD

Katrin Gemen, Geschäftsstellenleiterin

SoVD-Beratungszentrum Nordhorn

Steinmaate 1, 48529 Nordhorn

Telefon (0 59 21) 8 93 05, Fax (0 59 21) 8 93 07

E-Mail: info@sovd-grafschaft-bentheim.de

Internet: www.sovd-grafschaft-bentheim.de

BERATUNGSSTELLE FÜR ELTERN, KINDER UND JUGENDLICHE

Buddenbergsweg 7-9, 48529 Nordhorn

Telefon (0 59 21) 96-02

www.grafschaft-bentheim.de

Weitere Verbände, Institutionen und Vereine

HERZSTIFTUNG

Ursula Beckermann
Ehrenamtlich Beauftragte
Krokusstraße 21, 49716 Meppen
Telefon (0 59 31) 1 28 21
ursula.beckermann@online.de

KREISBEHINDERTENBEIRAT

Heike Drolshagen
Berliner Ring 7, 48455 Bad Bentheim
Telefon (0 59 22) 66 17
heike-drolshagen@t-online.de

GRAFSCHAFTER BÜRGERGEMEINSCHAFT E.V.

Große Gartenstraße 14, 48529 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 7 12 63 30
info@grafschafterbuerger.de
www.grafschafterbuerger.de

HOSPIZ

Renate Kronemeyer, 1. Vorsitzende
Hospizhilfe Grafschaft Bentheim e. V.
Neuenhauser Str. 74, 48527 Nordhorn
Telefon (0 59 21) 7 54 00
E-Mail: info@hospizhilfe.de

Überregionale Informationen über Selbsthilfegruppen und Selbsthilfekontaktstellen

Deutschlandweite Informationen über
Selbsthilfekontaktstellen und Selbsthilfegruppen
erhalten Sie aktuell bei folgenden Einrichtungen:

NAKOS

Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung
und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (NAKOS)
Wilmsdorfer Straße 39, 10627 Berlin
Telefon (030) 31 01 89 60
E-Mail: selbsthilfe@nakos.de
www.nakos.de

KOSKON

Informationsstelle für Selbsthilfe in NRW
Friedhofstraße 39, 41236 Mönchengladbach
Telefon (0 21 66) 24 85 67
E-Mail: selbsthilfe@koskon.de
www.koskon.de

SELBSTHILFE-BÜRO NIEDERSACHSEN

Gartenstraße 18, 30161 Hannover
Telefon (05 11) 39 19 28
Fax: (05 11) 39 19 07
E-Mail: selbsthilfe-buero-nds@gmx.de
www.selbsthilfe-buero.de

Selbsthilfekontaktstellen in unserer Nachbarschaft

KONTAKT- UND BERATUNGSSTELLE FÜR SELBSTHILFE IM PARITÄTISCHEN EMSLAND (KOBSt)

Burgstraße 23, 49716 Meppen
Telefon (0 59 31) 1 40 00
Fax (0 59 31) 59 70 22
E-Mail: selbsthilfe@ewetel.net
Internet: www.selbsthilfe-emsland.de

SELBSTHILFE-KONTAKTSTELLE MÜNSTER

Paritätisches Zentrum, Hafengeweg 6-8
48155 Münster
Telefon (02 51) 51 12 63
Fax (02 51) 6 18 51 12
E-Mail: selbsthilfe-muenster@paritaet-nrw.org

BÜRO FÜR SELBSTHILFE UND EHRENAMT FÜR DEN LANDKREIS UND DIE STADT OSNABRÜCK

Am Schölerberg 1, 49082 Osnabrück
Telefon (05 41) 5 01 31 28
Fax (05 41) 5 01 44 17
E-Mail: info@Lkos.de

Gesundheitsamt
– Selbsthilfekontaktstelle –
des Landkreises Grafschaft Bentheim
Am Bölt 27
48527 Nordhorn

Telefon (059 21) 96-1867

Telefax (059 21) 96-1877

E-Mail: selbsthilfe@grafschafft.de



www.selbsthilfe.grafschafft-bentheim.de

Mit freundlicher Unterstützung



die grafschafft
Gesundheitsförderung und Selbsthilfe

