



**Wir bewegen –  
was uns verbindet**

Selbsthilfegruppen im Landkreis Northeim

**15 Jahre**



**Wir bewegen –  
was uns verbindet**

Selbsthilfegruppen im Landkreis Northeim

**15 Jahre**

**ZISS**

Zentrale Informationsstelle  
Selbsthilfe  
-Selbsthilfekontaktstelle-  
im Landkreis Northeim

angesiedelt beim

Caritasverband Familienbüro

für Stadt und Landkreis Northeim e.V.



Breiter Weg 2

37154 Northeim

Telefon: 05551 – 911770

Fax: 05551 – 911772

E-mail: [selbsthilfe-northeim@t-online.de](mailto:selbsthilfe-northeim@t-online.de)

Website: [www.caritasverband-northeim.de](http://www.caritasverband-northeim.de)

Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium  
für Soziales, Frauen, Familie,  
Gesundheit und Integration



**Wegweiser**

für die

**Selbsthilfegruppen**

in der Stadt und im Landkreis Northeim

im Jahr 2020/21



## Themen der Selbsthilfegruppen in Northeim und Umgebung:

|                                  |                              |
|----------------------------------|------------------------------|
| <b>A</b> doption                 | <b>K</b> rebs                |
| Alkoholembryopathie              | <b>L</b> eukämie             |
| Alkoholsucht                     | <b>M</b> orbus Crohn         |
| Angsterkrankung                  | Multiple Sklerose            |
| <b>B</b> ipolare Störung         | <b>N</b> arkolepsie          |
| Blasenkrebs                      | Neuer Lebensweg              |
| Blinde                           | <b>O</b> steoporose          |
| Burnout                          | <b>P</b> arkinson            |
| <b>C</b> olitis Ulcerosa         | Pflegende Angehörige         |
| <b>D</b> armkrebs                | Poliomyelitis                |
| Demenz                           | Prostatakrebs                |
| Depressionen                     | Psychisch Kranke             |
| Drogensucht                      | <b>R</b> heuma               |
| <b>E</b> pilepsie                | <b>S</b> eelische Gesundheit |
| <b>H</b> auterkrankungen         | Sehbehinderte                |
| Herzerkrankungen                 | Stomaträger                  |
| Hörbehinderung                   | Suchterkrankte               |
| <b>I</b> diopathische Hypersomie | <b>T</b> rauma               |
| Inklusion                        |                              |

### Für Notfälle: (kostenfrei)

|                                    |                                      |
|------------------------------------|--------------------------------------|
| Telefonseelsorge:                  | 0800 / 111 0 111<br>0800 / 222 0 222 |
| Ärztliche                          |                                      |
| Notdienstambulanz Northeim:        | 05551 / 9099911                      |
| Helios Klinik Northeim:            | 05551 / 970                          |
| Einbecker Bürgerspital Einbeck:    | 05561 / 9400                         |
| Asklepios Fachklinikum Göttingen:  | 0551 / 402 0                         |
| Universitätspsychiatrie Göttingen: | 0551 / 39 66610                      |



**Caritex-Laden**

Northeim, Breiter Weg 2, Tel.: 05551 – 911 770

Es sind 20 Hände, die im Caritas-Textil-Laden im Einsatz sind. Sie nehmen an vier Tagen der Woche gespendete Kleidung, Haushaltswaren und Geschirr an. Sie untersuchen die Artikel auf Schmutz und Fehler, bevor diese im Laden bereitgestellt und zu günstigen Preisen verkauft werden.

**Um alle anfallenden Aufgaben zu bewältigen und die Öffnungszeiten abzudecken, suchen wir weitere Hände.**

**Auch wenn Sie nur 1x im Monat Zeit hätten, hilft es uns weiter!**

**Sie haben Interesse? Wir freuen uns darauf.**

#### Öffnungszeiten:

Montag und Mittwoch: 9.00 - 16.30 Uhr

Dienstag und Donnerstag: 9.00 - 14.00 Uhr

## Sucht

### Angehörige von Suchtkranken

**Kontakt:** Bernd Bresselschmitt,  
Tel. 0152 / 23335987  
**Zeit- und Treffpunkt:** Nach  
telefonischer Vereinbarung

■

### „DRO-NE-DA - Drogen-Nein- Danke“

**Kontakt:** Elke Schulz,  
Tel. 0157 / 53547370,  
Mathias Steinborn,  
Tel. 0172 / 9143960  
**Zeitpunkt:** Donnerstags (14-tägig,  
in ungeraden Wochen), von  
18.00 - 20.00 Uhr  
**Treffpunkt:** Lukas-Werk, Scharn-  
horstplatz 5, 37154 Northeim

■

### FASD Südniedersachsen „Das fetale Alkoholsyndrom“

**Kontakt:** Irm Wills, Tel.  
05561 / 982867, E-Mail:  
irmwills@fasd-suedniedersachsen.de  
**Zeit- und Treffpunkt:** Nach Anfra-  
ge und Absprache

### Freundeskreis für Suchtkranke „Treff 2000“ Northeim

**Kontakt:** Heike Schürmann,  
Tel. 05551 / 51724  
**Zeitpunkt:** Montags (14-tägig), von  
19.00 - 20.30 Uhr  
**Treffpunkt:** Gemeindehaus Corvus-  
Gemeinde, Schumannstr.6-8, Nort-  
heim

## Warum gehen Menschen in eine Selbsthilfegruppe?

- Weil sie sich mit anderen Menschen **AUSTAUSCHEN** wollen
- Weil sie Menschen **KENNENLERNEN** wollen, denen es  
genauso geht
- Weil sie **INFORMATIONEN** suchen
- Weil sie ihre **ERFAHRUNGEN WEITERGEBEN** wollen
- Weil sie zusammen auf ihr Problem **AUFMERKSAM  
MACHEN** wollen
- Weil sie sich mit anderen für Veränderungen  
**ENGAGIEREN** wollen
- Weil **GETEILTE PROBLEME** kleinere Probleme sind
- Weil sie sich auch außerhalb ihrer Familie mit  
anderen **ZUSAMMENTUN** wollen
- Weil sie sich zusätzlich zu den Treffen der Gruppe verabreden  
wollen, um sich **GEGENSEITIG ZU HELFEN**

Wer eine Selbsthilfegruppe sucht, die es auf den  
folgenden Seiten noch nicht gibt – bitte bei uns melden!  
Wir helfen Ihnen weiter. Kontakt auf der Rückseite.

**Alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter unterliegen  
der Schweigepflicht!**

## Behinderungen

### Selbsthilfegruppe für erwachsene Hörgeschädigte „Hör-Freunde“

**Kontakt:** Patricia Kallinich,  
Tel. 0170 / 3510093

**Zeitpunkt:** jeden 1. Samstag im Monat, ab 10.00 Uhr und nach Vereinbarung

**Treffpunkt:** Gemeindehaus der ev.-luth. Emmaus-Gemeinde, Burgstr. 2b, 37176 Nörten-Hardenberg

■

### Selbsthilfegruppe für Hörgeschädigte Einbeck

**Kontakt:** Angelika-Lina Hübner,  
Tel. 05565 / 1403 o. 0175 / 2584350

**Zeitpunkt:** 1x im Monat, auf Anfrage

**Treffpunkt:** Logopädische Praxis Tesmar, Dr.-Friedrich-Uhde-Str. 1, 37547 Einbeck

■

### Blinden- und Sehbehindertenverband Niedersachsen e.V. /Kreisgruppe Northeim/Einbeck

**Kontakt:** Dagmar Janozyk,  
Tel. 0178 / 9380793

**Zeitpunkt:** Jeden 1. Mittwoch im Monat (nach Bekanntgabe in Einbecker Morgenpost)

**Treffpunkt:** Café „Mittendrin“, Hallenplan, 37547 Einbeck

### Regionale Elterninitiative „Inklusion“ Uslar

**Kontakt:** Heike Küchemann,  
Tel. 05571 / 915258

**Zeitpunkt:** Jeden 2. Dienstag im Monat um 19.30 Uhr (außer in den Schulferien und an Feiertagen)

**Treffpunkt:** KVHS Uslar, Gerhart-Hauptmann-Str. 10 (barrierefrei)

■

### EIFER e.V. - Elterninitiative zur Inklusion und Förderung beeinträchtigter Kinder, Jugendlicher und junger Erwachsener

**Kontakt:** Susanne Grebe-Deppe,  
Tel. 0160 / 6100693

**Zeitpunkt:** Jeden 1. Dienstag im Monat von 18.30 - 21.00 Uhr

**Treffpunkt:** EUTB, Alte Poststr. 4, 37154 Northeim

**Zeitpunkt :** jeden letzten Mittwoch im Monat ab 19.00 Uhr

**Treffpunkt:** Brotgalerie der AWO Göttingen, Kurze Str. 3 (am Wochenmarkt)

## Sucht

### Anonyme Alkoholiker

**Kontakt:** Jutta, Tel. 05382 / 6553

**Zeitpunkt:** Jeden Sonntag von 10.30 - 11.30 Uhr

**Treffpunkt:** Helios Krankenhaus, Selbsthilferaum, Northeim

■

### Freundeskreis „Weißes Haus“ Lindau

**Kontakt:** Eckard Henne,  
Tel. 05505 / 5665 o. 0175 / 4816907

**Zeitpunkt:** Montags (14-tägig), ab 20.00 Uhr

**Treffpunkt:** Kreuzkirchenstr. 1, Gemeindehaus Lindau

■

### Freundeskreis für Suchtkranke Einbeck

**Kontakt:** Ralf, Tel. 0152 / 33767966

**Zeitpunkt:** Dienstags (14-tägig), von 18.00 - 19.30 Uhr

**Treffpunkt:** Musikschule, Ostertor 1, Einbeck

### „AI-ANON“ Einbeck

**Kontakt:** Elfriede Jonas,  
Tel. 05534 / 1885

**Zeitpunkt:** Jeden Montag, von 19.30 - 21.00 Uhr

**Treffpunkt:** Gemeindehaus St. Jacobi, Lessingstr. 13b, Einbeck

■

### „AA“ Einbeck

**Kontakt:** Regina, Tel. 05564 / 531

**Zeitpunkt:** Jeden Montag, von 19.30 - 21.00 Uhr

**Treffpunkt:** Gemeindehaus St. Jacobi, Lessingstr. 13b, Einbeck

■

### Freundeskreis Uslar

**Kontakt:** Bernd Bresselschmitt,  
Tel. 0152 / 23335987

**Zeitpunkt:** Donnerstags von 19.00 - 20.30 Uhr

**Treffpunkt:** Gemeindehaus Uslar, Kreuzstr. 5, Uslar

## Chronische Erkrankungen

### Selbsthilfegruppe „Epilepsie e.V.“ Holzminden-Höxter

**Kontakt:** Detlef Briel,  
Tel. 05273 / 88430

**Zeitpunkt:** Jeden 1. Donnerstag im  
Monat, von 18.00 - 21.00 Uhr

**Treffpunkt:** Der Paritätische,  
Holzminden

■

### „ILCO - Selbsthilfegruppe für Stomaträger und Darmkrebs“

**Kontakt:** Karl Heinz Leuschner,  
Tel. 05561 / 5065

**Zeitpunkt:** Alle zwei Monate, am  
2. Montag im (geraden) Monat, von  
15.00 - 17.00 Uhr

**Treffpunkt:** Bürgerspital Einbeck  
- Krankenpflegeschule -

■

### Landesverband „Frauenselbsthilfe nach Krebs“ Niedersachsen, Bremen und Hannover e.V. Gruppe Northeim

**Kontakt:** Hannelore Hesse,  
Tel. 05551 / 51180

**Zeit- und Treffpunkt:** Jeden 1. Mon-  
tag im Monat, ab 15.30 Uhr im Sani-  
tätshaus Deppe, Teichstr. 5-7, Nort-  
heim **und** jeden 1. Dienstag im Mo-  
nat, ab 18.30 Uhr im St. Marien  
Gemeindehaus Northeim

### Blasenkrebs-Selbsthilfegruppe Süd-niedersachsen/Göttingen

**Kontakt:** Karl-Heinz Bsufka,  
Tel. 0551 / 703634 o.  
0151 / 17240895

**Zeitpunkt:** Jeden 1. Mittwoch im  
Monat, ab 16.00 Uhr

**Treffpunkt:** UMG Göttingen, Raum  
2 C2 425

■

### AGLS Göttinger Leukämie und Lymphome - Selbsthilfe e.V.

**Kontakt:** Ingeborg Schröder,  
Tel. 0551 / 46651

**Zeitpunkt:** Jeden 1. Dienstag im  
Monat, ab 19.00 Uhr

**Treffpunkt:** Gemeindehaus Al-  
banikirchhof 1a, Göttingen

■

### Selbsthilfegruppe Morbus Crohn/ Colitis ulcerosa

**Kontakt:** Ingrid, Tel. 05553 / 2144  
**Zeitpunkt:** Jeden 1. Montag im Mo-  
nat, ab 19.30 Uhr

**Treffpunkt:** Ev. Krankenhaus Göt-  
tingen-Weende, An der Lutter 24,  
Göttingen

## Psychosoziale Themen

### Selbsthilfegruppe „Angst und Depressionen“ Einbeck

**Kontakt:** Gesa Oppermann,  
Tel. 05561 / 74294

**Zeitpunkt:** Jeden 1. und 3. Montag,  
von 17.00 - 18.30 Uhr

**Treffpunkt:** Kath. Pfarrheim St. Jo-  
sef, Stiftplatz 11, 37574 Einbeck

■

### „Wenn Angst den Alltag bestimmt“

**Kontakt:** Zdravko Dusanek,  
Tel. 05551 / 911770

**Zeitpunkt:** Jeden 1. und 3. Montag  
im Monat, von 19.30 - 21.00 Uhr

**Treffpunkt:** ZISS Northeim, Breiter  
Weg 2, 37154 Northeim

■

### „Leben mit einem kranken Herzen“

**Kontakt:** Rüdiger Weltz,  
Tel. 05551 / 53190

**Zeitpunkt:** Jeden 2. und 4. Don-  
nerstag im Monat, von 16.30 - 18.00  
Uhr

**Treffpunkt:** Helios-Klinik Northeim

### Pflege- und Adoptivfamilien in Süd- niedersachsen e.V. „ZUHAUSE FÜR KINDER“

**Kontakt:** Irm Wills,  
Tel. 05561 / 982867

**Zeitpunkt:** Termine werden auf der  
Internetseite bekanntgegeben

- www.zuhause-fuer-kinder.com -

■

### Selbsthilfegruppe für Pflegende Angehörige und Trauernde Hardeggen und Northeim

**Kontakt:** Elisabeth Behrens,  
Tel. 05555 / 595

**Zeitpunkt:** Vierteljährlich, nach  
Vereinbarung

**Treffpunkt:** Goldener Löwe, Breite  
Str. 38, Northeim

## Psychosoziale Themen

### Gesprächskreis für Angehörige von Demenzkranken

**Kontakt:** Gerda Mickan,  
Tel. 05554 / 8447,  
Dietmar Rebelski,  
Tel. 0171 / 7839407

**Zeitpunkt:** Jeden 1. und 3. Mittwoch, von 15.00 - 17.00 Uhr

**Treffpunkt:** Innere Mission, Wallstr. 50, 37154 Northeim

■

### Angehörige von Demenzkranken

**Kontakt:** Roland Heimann,  
Tel. 0170 / 3108698  
E-Mail: heimann-roland@t-online.de

**Zeitpunkt:** Jeden 1. Donnerstag im Monat, von 14.30 - 16.00 Uhr

**Treffpunkt:** Auf dem Steinwege 7, 37574 Einbeck

■

### Selbsthilfegruppe „Seelische Gesundheit“

**Kontakt:** Axel Groffmann,  
Tel. 0160 / 5213698

**Zeitpunkt:** Jeden 1. Mittwoch im Monat, von 19.00 - 21.00 Uhr, sowie nach Absprache

**Treffpunkt:** Kreuzstr. 5, Uslar

## Behinderten-Beiräte

### Behinderten-Beauftragte der Stadt Einbeck

**Kontakt:** Renate Leuschner,  
Tel. 05561 / 5065  
E-Mail: behindertenbeauftragte@einbeck.de

**Sprechzeit:** Auf Anfrage, Tel. 05561 / 916115 (Lift ist vorhanden)

■

### Beiratsvorsitzende für Menschen mit Behinderungen im Landkreis Northeim

**Kontakt:** Monika Nölting,  
Tel. 0162 / 4355327

**Sprechzeit:** Auf Anfrage

**Treffpunkt:** Landkreis Northeim, Medenheimer Str. 6-8

■

### Behinderten-Beauftragte der Stadt Northeim

**Kontakt:** Monika Nölting,  
Tel. 0162 / 4355327

**Sprechzeit:** Auf Anfrage

**Treffpunkt:** Stadt Northeim, Zimmer 4, Scharnhorstplatz 1, 37154 Northeim

## Chronische Erkrankungen

### Osteoporose Selbsthilfegruppe Nörten-Hardenberg

**Kontakt:** Fr. Friebe,  
Tel. 05503 / 3373

G. Jung, Tel. 05503 / 8487

**Zeitpunkt:** Montag, Dienstag und  
Mittwoch vormittags, Donnerstag von  
9.00 - 12.30 Uhr und von 15.00 -  
16.00 Uhr (Hallenbad)

**Treffpunkt:** Mo-Mi im Therapeutikum  
Kersten/Friebe, Burgstr. 3, Nörten-  
Hardenberg  
Donnerstag im Hallenbad, An der  
Bünthe 4, Nörten-Hardenberg

■

### Osteoporose Selbsthilfegruppe Dassel

**Kontakt:** U.Rinke-Grube,  
Tel. 05564 / 1240

Inge Duderstaedt, Tel. 05564 / 8721

**Zeitpunkt:** Jeden Dienstag im Mo-  
nat, ab 15.00 - 15.45 Uhr und  
15.45 - 16.30 Uhr

**Treffpunkt:** Hotel „Deutsche Eiche“,  
Dassel

### Parkinson Selbsthilfegruppe Northeim

**Kontakt:** Horst Nowag,  
Tel. 05554 / 2434 oder  
0170 / 4029288

**Zeitpunkt:** Jeden 4. Dienstag im  
Monat, ab 15.00 Uhr

**Treffpunkt:** Alten- und Pflegeheim  
„Innere Mission“, Wallstr. 50, 37154  
Northeim

■

### Parkinson Selbsthilfegruppe Einbeck

**Kontakt:** Dieter Kühnemund,  
Tel. 05561 / 9230095,

Dieter Gremmel, Tel. 05561 / 1234

**Zeitpunkt:** Jeden 3. Freitag im Mo-  
nat, ab 15.00 Uhr

**Treffpunkt:** DRK, Tiedexer Tor 6b,  
Einbeck

■

### Prostatakrebs Selbsthilfegruppe 2004 Northeim/Göttingen

**Kontakt:** Paul Neidhard,  
Tel. 05527 / 941270

**Zeitpunkt:** Jeden 4. Dienstag im  
Monat, ab 18.00 Uhr

**Treffpunkt:** Ev. Krankenhaus Göt-  
tingen-Weende, 4. Etage, Kleiner  
Seminarraum

## Chronische Erkrankungen

### „Rheuma-Liga Niedersachsen e.V.“ Arbeitsgemeinschaft Einbeck

**Kontakt:** Udo Bertram,  
05561 / 916115

**Zeitpunkt:** Jeden 1. Freitag im Mo-  
nat, von 10.00 - 12.00 Uhr

**Treffpunkt:** Neues Rathaus Ein-  
beck, 1. Stock, Zimmer 115 (Lift vor-  
handen)

■

### „Rheuma-Liga Niedersachsen e.V.“ c/o Arbeitsgemeinschaft Northeim

**Kontakt:** Tel. 05551 / 5894836

**Zeitpunkt:** Jeden Mittwoch, von  
17.00 - 19.00 Uhr und jeden Freitag,  
von 15.00 - 17.00 Uhr

**Treffpunkt:** Geschäftsstelle Nort-  
heim, Rückingsallee 15, 37154 Nort-  
heim

■

### „Rheuma-Liga Niedersachsen e.V.“ Arbeitsgemeinschaft Uslar

**Kontakt:** Frau Mascher,  
Tel. 05572 / 5301734

**Zeitpunkt:** (nach telefonischer  
Absprache) Dienstags und Donners-  
tags, von 9.00 - 11.00 Uhr

### Selbsthilfegruppe Narkolepsie und idiopathische Hypersomie

**Kontakt:** Tanja Deppe,  
Tel. 0151 / 27150418

E-Mail: teasysun@aol.com

**Zeitpunkt:** Die Termine sind:  
01.02./28.03./30.05./01.08./10.10./  
05.12. jeweils von 15.00 - 18.00 Uhr

**Treffpunkt:** ZISS Selbsthilfekon-  
taktstelle Northeim, Breiter Weg 2,  
37154 Northeim

■

### „Lichen sclerosus“ Deutschland

**Kontakt:** Herta Kühn,  
Tel. 0177 / 3448125

E-Mail: kontakt@lichensclerosus-  
deutschland.de

**Treffpunkt:** z. Z. Virtuelle Treffen,  
andere im Aufbau

- www.lichensclerosus-deutschland.de -

## Psychosoziale Themen

### Selbsthilfegruppe für Angehörige psychisch Erkrankter

**Kontakt:** Zdravko Dusanek,  
Tel. 05551 / 911770

**Zeitpunkt:** Jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat, von 17.30 - 19.00 Uhr

**Treffpunkt:** ZISS Northeim, Breiter Weg 2, 37154 Northeim

■

### Selbsthilfegruppe „Burnout“

**Kontakt:** Zdravko Dusanek,  
Tel. 05551 / 911770

**Zeitpunkt:** Jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat, von 19.00 - 20.30 Uhr

**Treffpunkt:** ZISS Northeim, Breiter Weg 2, 37154 Northeim

■

### Selbsthilfegruppe „Depressionen Northeim“

**Kontakt:** Zdravko Dusanek,  
Tel. 05551 / 911770

**Zeitpunkt:** Jeden 2. und 4. Dienstag, von 16.00 - 17.30 Uhr

**Treffpunkt:** ZISS Northeim, Breiter Weg 2, 37154 Northeim

### Selbsthilfegruppe „Depressionen Uslar“

**Kontakt:** Bernd Bresselschmidt,  
Tel. 0152 / 23335987

**Zeitpunkt:** Jeden 1. und 3. Dienstag im Monat, von 17.30 - 19.00 Uhr

**Treffpunkt:** Kath. Pfarrgemeinde,  
Zum kleinen Feld 7, Uslar

■

### Selbsthilfegruppe „Depressionen Bad Gandersheim“

**Kontakt:** Zdravko Dusanek,  
Tel. 05551 / 911770

**Zeitpunkt:** Jeden 2. und 4. Donnerstag, von 16.00 - 17.30 Uhr

**Treffpunkt:** Pfarrheim Haus St. Michael, Stiftsfreiheit 7, Bad Gandersheim

## Chronische Erkrankungen

### Multiple Sklerose Selbsthilfegruppe Northeim

**Kontakt:** Klaus Bertermann,  
Tel. 0170 / 7313155

**Zeitpunkt:** Jeden 1. Dienstag im Monat, ab 14.30 Uhr

**Treffpunkt:** In der Alten Wache,  
Northeim

■

### Multiple Sklerose Selbsthilfegruppe Uslar

**Kontakt:** Melanie Lormes,  
Tel. 05571 / 302447 o.

0172 / 5633713

**Zeitpunkt:** Nach Absprache

■

### Polio BV RG Göttingen/Northeim

**Kontakt:** Sigrid Rüschel,  
Tel. 05551 / 5429353

**Zeitpunkt:** Freitags, nach Absprache

### Osteoporose Selbsthilfegruppe Northeim

**Kontakt:** Barbara Mudra  
Tel. 05551 / 9109656

**Zeitpunkt:** Montags und Freitags, von 10.45 - 11.30 Uhr und 11.45 - 12.30 Uhr

**Treffpunkt:** AOK Northeim,  
Wallstr. 40, Northeim

■

### Osteoporose Selbsthilfegruppe Bad Gandersheim

**Kontakt:** I. Rohde, Tel. 05382 / 2556  
H. Becke, Tel. 05563 / 1395

**Zeitpunkt:** Montags, ab 16.00 Uhr (Trockengymnastik) und Donnerstags, ab 16.00 Uhr (Wassergymnastik)

**Treffpunkt:** Paracelsus-Klinik Bad Gandersheim