



Mutig neue Wege gehen

## Selbsthilfegruppen im Landkreis Diepholz

2025-2027

### KIBiS

Dr. Rudolf Dunger Straße 1  
49406 Barnstorf

Telefon: 05442 -80404131

Standort Syke: 05442-80404133

selbsthilfe@igel-barnstorf.de

www.selbsthilfe-landkreis-diepholz.de

### Öffnungszeiten

Montag - Donnerstag

9:00 - 12:00 Uhr

weitere Beratungstermine  
nach Vereinbarung

### Melanie Fischer

Leitung, Beratung,  
Aufbau/Begleitung  
von Gruppen

### Maren Mimus

Beratung,  
Aufbau/Begleitung  
von Gruppen

### Nicole Meyer-Thomson

Beratung, Aufbau/Begleitung  
von Gruppen

### Jasmin von Husen-Esche

Organisation, Verwaltung



Wir bewegen –  
was uns verbindet

Selbsthilfegruppen im Landkreis Diepholz

KIBiS wird gefördert



Niedersächsisches Ministerium  
für Soziales, Gesundheit  
und Gleichstellung



Landkreis Diepholz  
... gut miteinander leben.



## Selbsthilfe - Kontaktstelle

Wir sind eine selbstständig arbeitende Fachinstitution für den gesundheitlichen, psychischen und sozialen Selbsthilfebereich. Wir unterstützen und begleiten Menschen, die eigenverantwortlich für ihre Belange nach Lösungsmöglichkeiten suchen und diese in Handeln umsetzen. Unsere Beratungsangebote sind kostenfrei und sind nicht gewinnorientiert ausgerichtet. Wir unterliegen der Schweigepflicht. Unsere Arbeit umfasst folgende Tätigkeiten:

- wir beraten über das für Sie passende Hilfsangebot
- wir zeigen die Möglichkeiten von Selbsthilfe auf
- wir unterstützen bei Neugründungen von Selbsthilfegruppen
- wir helfen bei der Beantragung von Fördermitteln
- wir leisten Öffentlichkeitsarbeit
- wir unterstützen bei der Flyergestaltung
- wir stellen Kontakt zu anderen Selbsthilfegruppen her
- wir bieten Fortbildungen für Selbsthilfegruppen an



## Selbsthilfegruppen

In Selbsthilfegruppen kommen Menschen zusammen, die an einem gleichen Problem oder einer gleichen Erkrankung leiden, um gemeinsam etwas zur Besserung oder Überwindung beizutragen. In der Gruppe haben sie die Möglichkeit, Schwierigkeiten und Probleme aus eigener Kraft zu begegnen, sich selbst und anderen zu helfen. In Selbsthilfegruppen teilen Menschen ihre Probleme, aber auch ihre positiven Erfahrungen. Sie finden gemeinsam Lösungen und machen einander Mut, Neues auszuprobieren.

Selbsthilfeinteressierte Bürgerinnen und Bürger können sich jeder Zeit einer Gruppe anschließen, oder selbst eine Selbsthilfegruppe gründen. Entscheidend ist der Wille, gemeinsam mit anderen einen neuen Weg zu gehen. Die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe ist kostenfrei.



Selbst wenn Sie Ihr Stichwort nicht finden, kann sich ein Anruf bei uns oder der Besuch auf unserer Homepage lohnen. Vielleicht hat sich inzwischen eine Selbsthilfegruppe gegründet oder ist gerade in der Gründungsphase. Wir können Ihnen auch bundesweit Kontakt zu arbeitenden Selbsthilfeorganisationen vermitteln. Eine aktualisierte Liste aller Selbsthilfegruppen im Landkreis Diepholz finden Sie im Internet unter:

[www.selbsthilfe-landkreis-diepholz.de](http://www.selbsthilfe-landkreis-diepholz.de)



## Angehörige

### AL-Anon Familiengruppe Bassum Angehörige von Alkoholkranken

Treffpunkt Bassum  
Jutta 0174-1993386  
Eva 04241-979015

### Angehörige von Kindern mit Autismus-Spektrum Störung

Treffpunkt Diepholz  
KIBiS 05442-80404131

### Angehörige von jungen Menschen mit Essstörungen

Treffpunkt Barnstorf  
KIBiS 05442-80404131

### Blaues Kreuz in der ev. Kirche- SHG Angehörige Suchtkranker

Treffpunkt Barnstorf  
KIBiS 05442-80404131

### Jung verwitwet und weitere Angehörige (Geschwister, Freunde, ...)

Treffpunkt Barnstorf  
Marlene Krause 0170-3880163

### SHG Angehörige von Menschen mit Demenz

Treffpunkt Sulingen  
Astrid Ellmers 04271-6969

### SHG für Angehörige von Senioren mit körperlicher Einschränkung + Pflegebedarf „Last und Liebe“

Treffpunkt Stuhr  
Frau Helms 0421-8983344

### SHG Angehörige um Suizid Barnstorf

Treffpunkt Barnstorf  
KIBiS 05442-80404131

### SHG für Eltern psychisch Erkrankter Jugendlicher und junge Erwachsene

Treffpunkt Barrien  
KIBiS 05442-80404131

### Treffpunkt für Eltern mit (hoch-) begabten Kindern

Treffpunkt Sulingen  
Jennifer Glander 04271-7838250

### SHG Pflegende Angehörige

Treffpunkt Bruchhausen-Vilsen  
AWO 04252-9113034

### SHG für Angehörige von Menschen mit Demenz „Vergessen und Vergeben“

Treffpunkt Stuhr  
Frau Helms 0421-8983344

### SHG für Angehörige von Menschen mit Demenz „Verlieren + Versöhnen“

Treffpunkt Syke  
Frau Helms 0421-8983344

## Behinderung

### Blinden und Sehbehindertentreff Diepholz und Umgebung

Treffpunkt Diepholz  
Andrea Wöbse 0157-7470853

### Gesprächskreis für Blinde und Sehbehinderte

Treffpunkt Stuhr  
MGH Stuhr 0421-80609874

### Gesprächskreis für Bewegungseingeschränkte

Treffpunkt Stuhr  
MGH Stuhr 0421-80609874

### Leben mit Schädelhirntrauma

Treffpunkt Weyhe  
KIBiS 05442-80404131

### Lichtblick - SHG für Schlaganfallbetroffene und Angehörige

Herr Kehlenbeck 04258-1354

### Schlaganfall & Co

Treffpunkt Stuhr  
Viola Trein 0162-5861810

### SHG „Das Besondere Kind-mein Kind mit Handicap“

Treffpunkt Barnstorf  
Sarah Steinemann 0171-8329299  
Monika Barmbold 0170-5408488

### SHG Freundeskreis spätbehinderter Erwachsener

Treffpunkt Syke  
Andreas Evenburg 04242-5991882

## chronische Erkrankung

### COPD Chronisch obstruktive Lungenerkrankung Betroffene und Angehörige

Treffpunkt Barnstorf  
Klaus-Peter Pohl 04273-1632

### Gesprächskreis für Typ 2 Diabetes

Treffpunkt Stuhr  
MGH Stuhr 0421-80609874

### Gesprächskreis Fibromyalgie

Treffpunkt Syke  
Susanne Boetzel 04258-520

### Long Covid Weyhe

Treffpunkt Weyhe/Leeste  
KIBiS 05442-80404131

### Migräne SHG Bassum

Treffpunkt Bassum  
KIBiS 05442-80404131

### Multiple Sklerose Gruppe Diepholz

Frau Lange 05441-5801

### Mukoviszidose Selbsthilfe Region Bremen e.V.

05442-80404131

### Parkinson Barnstorf

Treffpunkt Barnstorf  
Harald Ficke 05445-213

### Parkinson Diepholz

Treffpunkt Diepholz  
Ludger Bugla 0171-6504256

### Parkinson Regionalgruppe Syke

Treffpunkt Syke  
Frau Bokelmann 04277-963333

### Post Covid Barnstorf

Treffpunkt Barnstorf  
Andreas Wolters 0176-56839496

### Schmerzbewältigungsgruppe

Treffpunkt Barnstorf  
Christiane Schmidt 0172-4568155

### SHG für rheumakranke Menschen und Interessierte der Rheuma-Liga Niedersachsen e. V.

Treffpunkt Bassum  
Frau Carl 04241-9229722

### RLS Selbsthilfegruppe im Landkreis Diepholz

Treffpunkt Wagenfeld  
Helke Diepholz 05774-1444

## Krebs

### Frauenselbsthilfe nach Krebs e.V.

Gruppe Diepholz  
Treffpunkt Diepholz  
Heidrun Heßlau 05445-1670

### Frauenselbsthilfe nach Krebs Nordkreis

Treffpunkt Stuhr  
Christiane Poel 0421-79282636

### Prostatakrebs Selbsthilfe Weyhe und Umgebung

Treffpunkt Weyhe  
Herr Beindorf 04242-937744

## seelische Gesundheit

### Angststörungen „In Balance“

Treffpunkt Stuhr  
MGH Stuhr 0421-80609874

### BlauWahl e.V. Interessen-Vertretung für psychisch Kranke

Treffpunkt Sulingen  
Hubertus Humpert 04271- 952499

### Depressionen-Burnout-Mobbing

Treffpunkt Bassum  
Gruppe Achterbahn 0160 98327679

### Depressionen - Balance

Treffpunkt Barnstorf  
KIBiS 05442-80404131

### Depressionen

Treffpunkt Weyhe / Leeste  
KIBiS 05442 80404131

### „Die Mutigen“ Ängste und Depressionen

Sina Husse 04203-8915

### Hand in Hand

Treffpunkt Diepholz  
Fritz Seelhoff 0171-1176602

### Lebenszeichen

Treffpunkt Diepholz  
Brigitte Tönjes 0174-8566966

### maus- Menschen aus extremen Lebenssituationen

Treffpunkt Scholen  
Rainer Lübbering 04277-285

### PTBS

Treffpunkt Barnstorf  
KIBiS 05442-80404131

### „Windspiel“

Dissoziative Identitätsstruktur  
KIBiS 05442-80404131

## Sucht

### BKE Wagenfeld

Treffpunkt Wagenfeld  
Andreas Dubenhorst  
0170-5428309

### Blaues Kreuz e.V. Gruppe Drebber

Treffpunkt Drebber  
Jörg Picker 05773-9917956

### Blaues Kreuz i. d. ev. Kirche

Ortsgruppe Barnstorf  
Peter Lorenz 01573-8405316

### CLEAN e.V.

Treffpunkt Syke  
Annette 0421-16693012

### Guttempler-Gemeinschaft Bassum „Eiserner Wille“

Monika Harting 04243-2382

### Guttemplergemeinschaft Neues Ziel

Treffpunkt Syke  
Werner Ponick 04242-509325

### Guttemplergemeinschaft Syke

Treffpunkt Syke  
Susanne Meyer-Maiwald  
KIBiS 05442-80404131

### Kreuzbund Gruppe Twistringen

Treffpunkt Twistringen  
Herr Siemers 04243-8697

### mibke- Motorradfahrer in der Selbsthilfe

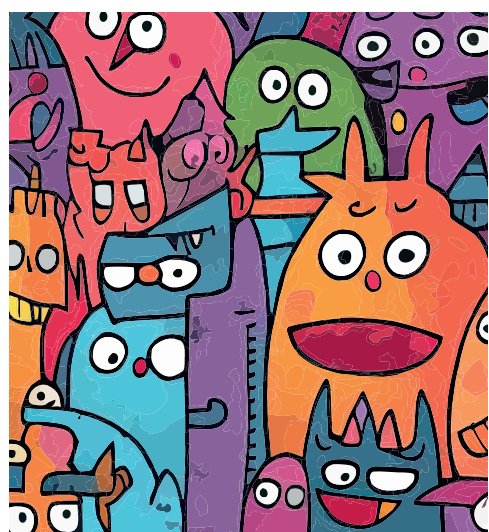
Treffpunkt Schwaförden  
Reiner Lübbering 04277-285

### Release Montagsgruppe

Treffpunkt Bruchhausen-Vilsen  
Ingo und Klaus 04252-1541

### SHG für essgestörte Mädchen und junge Frauen

Treffpunkt Bassum  
Anja Brötzmann 04241-690777  
Dörte Heyken 0151-54885402



**MONSTER BESIEGT MAN NICHT ALLEINE!**



KIBiS

Dr. Rudolf Dunger Straße 1 - 49406 Barnstorf

Telefon: 05442-80404131 ( Barnstorf) und 05442 80404133 ( Syke)

selbsthilfe@igel-barnstorf.de - www.selbsthilfe-landkreis-diepholz.de