

Niedersächsische Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich

2015

 **Wir bewegen –
was uns verbindet**

Selbsthilfegruppen in Niedersachsen

**Selbsthilfe-Büro
Niedersachsen**



Deutsche Arbeitsgemeinschaft
Selbsthilfegruppen e. V.

Niedersächsische
Kontakt- und Beratungsstellen
im Selbsthilfebereich

Selbsthilfe-Büro
Niedersachsen

Deutsche Arbeitsgemeinschaft
Selbsthilfegruppen e.V.



Impressum

Herausgeber: Selbsthilfe-Büro Niedersachsen
der Deutschen Arbeitsgemeinschaft
Selbsthilfegruppen e. V.
Gartenstraße 18
30161 Hannover
Tel: (05 11) 39 19 28
Fax: (05 11) 39 19 07
E-Mail: selbsthilfe-buero-nds@gmx.de
Internet: www.selbsthilfe-buero.de

**Gemeinschaftlich
vertretungsbefugt:** Helmut Breitkopf, Anita M. Jakubowski,
Susann-Cordula Koch
Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e. V.
Otto-Suhr-Allee 115
10585 Berlin-Charlottenburg
Tel: (0 30) 893 40 14
E-Mail: verwaltung@dag-shg.de
Internet: www.dag-shg.de

Registergericht: Amtsgericht Gießen, Vereinsregister Gießen Nr. 1344,
als gemeinnützig anerkannt FA Gießen
St.-Nr. 20 250 64693 v. 12.07.2012

**Verantwortlich
i.S.d. § 55 Abs. 2 RStV:** Dörte von Kittlitz
Gartenstraße 18
30161 Hannover
E-Mail: selbsthilfe-buero-nds@gmx.de

Redaktion: Dörte von Kittlitz, Cordula Molthan
Gestaltung: Grafikgemeinschaft BLATTWERK, Hannover
www.blattwerker.de

Druck: 22. überarbeitete und aktualisierte Auflage
gutenberg beuys feindruckerei, Hannover

Finanzierung: Wir bedanken uns für die Finanzierung
bei den niedersächsischen Krankenkassen.

Copyright: © Selbsthilfe-Büro Niedersachsen
Eine Einrichtung der
Deutschen
Arbeitsgemeinschaft
Selbsthilfegruppen e. V.



Stand der Befragung: Januar 2015



**Wir bewegen –
was uns verbindet**

Selbsthilfegruppen in Niedersachsen

Inhalt

Seite

Alfeld Außenstelle	23
Aurich	10
Barnstorf	11
Brake	12
Braunschweig	12
Bückeburg	13
Celle	13
Cloppenburg	14
Cuxhaven	15
Dannenberg	15
Delmenhorst	16
Edewecht	16
Einbeck Außenstelle	28
Emden	17
Gifhorn	17
Göttingen	18
Goslar	19
Hameln	20
Hannover	21
Helmstedt	22
Hildesheim	23
Holzminden	24
Jever Außenstelle	37
Leer	25
Lüneburg	26
Meppen	26
Nienburg	27
Nörten Außenstelle	29
Norden Außenstelle	11
Nordhorn	27
Northeim	28
Oldenburg	30
Osnabrück	31
Osterholz-Scharmbeck	32
Osterode	33

Inhalt

Seite

Peine	34
Rotenburg Wümme	35
Salzgitter	35
Stade	36
Uelzen	36
Uslar Außenstelle	29
Varel	37
Vechta	38
Verden	39
Walsrode	39
Wildeshausen	40
Wilhelmshaven	41
Winsen Luhe	42
Wittmund Außenstelle	41
Wolfenbüttel	42
Wolfsburg	43

Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich

Der Arbeitskreis Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen hat Kriterien für anerkannte Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich erarbeitet.

Selbstverständnis und Zielsetzung

Kontakt- und Beratungsstellen für Selbsthilfe sind Fachinstitutionen für den gesundheitlichen, psychischen und sozialen Selbsthilfebereich. Sie unterstützen und begleiten Menschen, die eigenverantwortlich für ihre Belange nach Lösungsmöglichkeiten suchen und diese in Handeln umsetzen.

Kontakt- und Beratungsstellen schaffen ein selbsthilfefreundliches Klima und verankern die Position der Selbsthilfe im regionalen Sozial- und Gesundheitssystem.

Kontakt- und Beratungsstellen für Selbsthilfe arbeiten niedrigschwellig, problem- und lebenslagenorientiert und institutionsübergreifend. Sie bieten themen-, bereichs- und indikationenübergreifende Unterstützungsangebote. Sie sind Vernetzungsstellen aller sozialen und gesundheitlichen Handlungsfelder in Bezug auf Selbsthilfe.

Kontakt- und Beratungsstellen fördern bürgerschaftliches Engagement und haben sich im kommunalen Sozial- und Gesundheitswesen etabliert.

Das Angebot der Kontakt- und Beratungsstellen richtet sich an alle Interessierten: Einzelne, Selbsthilfegruppen, -initiativen, -organisationen, Professionelle im Sozial- und Gesundheitsbereich sowie die Öffentlichkeit.

Anerkannte Selbsthilfe-Kontaktstellen

- 1.** bieten einen Überblick über die Selbsthilfegruppen in ihrem Einzugsgebiet und informieren und beraten Interessierte und Betroffene über Selbsthilfegruppen
- 2.** vermitteln den Kontakt zwischen Menschen, die eine Selbsthilfegruppe suchen und passenden Selbsthilfegruppen
- 3.** gründen, fördern und unterstützen Selbsthilfegruppen, -initiativen und -organisationen
- 4.** betreiben Öffentlichkeitsarbeit, um regional auf Selbsthilfegruppen aufmerksam zu machen
- 5.** kooperieren mit und vernetzen Selbsthilfe-Interessierte, Selbsthilfegruppen und Professionelle aus dem Sozial- und Gesundheitswesen
- 6.** sichern die Qualität ihrer Arbeit durch fachlichen Austausch mit anderen Selbsthilfe-Kontaktstellen und fachliche Weiterbildung

Selbsthilfe-Kontaktstellen im Aufbau

Da ein flächendeckendes Netz der Selbsthilfe-Kontaktstellen angestrebt wird, werden in Landkreisen ohne anerkannte Selbsthilfe-Kontaktstelle Einrichtungen aufgebaut. Diese Einrichtungen können nicht alle Aufgaben der Selbsthilfe-Unterstützung erfüllen. Sie verfügen aber über eine Ansprechperson für Interessierte und Betroffene und sind telefonisch zu wöchentlichen Sprechzeiten und per E-Mail erreichbar.

Folgende Unterstützungsleistungen bieten Kontaktstellen im Aufbau mindestens an

- ▶ sie bieten einen Überblick über die Selbsthilfegruppen in ihrem Einzugsgebiet
- ▶ sie vermitteln auf Anfrage in bestehende Selbsthilfegruppen
- ▶ sie beraten bei Neugründung von Selbsthilfegruppen

Der Arbeitskreis Niedersächsischer Kontakt- und Beratungsstellen im Selbsthilfebereich

- ▶ leistet den trägerübergreifenden fachlichen Austausch und Abstimmung zwischen den niedersächsischen Selbsthilfe-Kontaktstellen
- ▶ sichert die Qualität der Selbsthilfe-Unterstützung durch gemeinsame Fortbildung und Weiterentwicklung von Unterstützungskonzepten
- ▶ unterstützt, fördert und intensiviert die Selbsthilfe landesweit
- ▶ vertritt die Interessen der Selbsthilfe-Kontaktstellen auf Landesebene gegenüber Politik, Verwaltung, Krankenkassen und anderen Institutionen des Sozial- und Gesundheitswesens
- ▶ setzt sich für die Anerkennung und angemessene Förderung der Selbsthilfegruppen, Selbsthilfeorganisationen und Selbsthilfe-Kontaktstellen ein
- ▶ ist Mitglied des Zusammenschlusses aller Landesarbeitsgemeinschaften der Selbsthilfe-Kontaktstellen in Deutschland
- ▶ kooperiert mit dem Selbsthilfe-Büro Niedersachsen der Deutschen Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e.V.

Kontakt

Ursula Dell
KIBiS Barnstorf
Tel: (0 54 42) 80 36 70

Ulrich Gödel
Selbsthilfe-Kontaktstelle Delmenhorst
Tel: (0 42 21) 99 26 25

Monika Klumpe
BeKoS Oldenburg
Tel: (04 41) 88 48 48

Rita Otten
VHS-Kontaktstelle
für Selbsthilfe Cloppenburg
Tel: (0 44 71) 18 58 72

Michael Rittmeier
ZISS Winsen
Tel: (0 41 71) 65 31 22



Wir bewegen –
was uns verbindet

Selbsthilfegruppen in Niedersachsen

Selbsthilfe-Kontaktstellen in Niedersachsen

Außer den genannten Sprechzeiten bieten einige Selbsthilfe-Kontaktstellen weitere Termine nach Vereinbarung.

**Anerkannte Selbsthilfe-Kontaktstellen sind mit einem Punkt vor dem Ortsnamen gekennzeichnet.
z. B. „• Aurich“**

Kontaktstellen, die sich noch im Aufbau befinden, haben keinen Punkt vor dem Ortsnamen.

• Aurich

Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe (KISS) des Paritätischen

Große Mühlenwallstraße 21
26603 **Aurich**

Kerstin Wilken

Tel: (0 49 41) 93 94-14

Fax: (0 49 41) 93 94-17

E-Mail: Kerstin.Wilken@paritaetischer.de

Hans-Joachim Borm

Tel: (0 49 41) 93 94-15

Fax: (0 49 41) 93 94-17

E-Mail: Hans-Joachim.Borm@paritaetischer.de

www.selbsthilfe-aurich.de

Sprechzeiten: Mo 9:00 – 16:00 Uhr

Sprache: Deutsch

Außenstelle Norden

Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe (KISS) des Paritätischen Außenstelle Norden

Osterstraße 38
26506 **Norden**

Kerstin Wilken

Tel: (0 49 31) 1 45 00

Fax: (0 49 31) 97 58 91

E-Mail: Kerstin.Wilken@paritaetischer.de

www.selbsthilfe-aurich.de

Sprechzeiten: Mi 9:00 – 16:00 Uhr

Do und Fr 9:00 – 13:00 Uhr

Sprache: Deutsch

• Barnstorf

KIBiS im IGEL e.V.

Dr. Rudolf Dunger Straße 1
49406 **Barnstorf**

Ursula Dell

Tel: (0 54 42) 80 36 70

Fax: (0 54 42) 99 19 84

E-Mail: selbsthilfe@igel-barnstorf.de

[www.igel-barnstorf.de/start/
kibis-selbsthilfe-kontaktstelle/](http://www.igel-barnstorf.de/start/kibis-selbsthilfe-kontaktstelle/)

Sprechzeiten: Mo, Di, Mi 9:00 – 12:00 Uhr

Mo 14:00 – 17:00 Uhr

Sprache: Deutsch

Brake

Selbsthilfe-Kontaktstelle des Paritätischen Wesermarsch

Bürgermeister-Müller-Straße 13
26919 **Brake**

Susanne Mickinn

Tel: (0 44 01) 45 88

Fax: (0 44 01) 45 80

E-Mail: susanne.mickinn@paritaetischer.de

[www.paritaetischer.de/kreisgruppen/
wesermarsch/top/soziale-dienste](http://www.paritaetischer.de/kreisgruppen/wesermarsch/top/soziale-dienste)

**Sprechzeiten: Mo 9:00–12:00 Uhr
Mi 14:00–17:00 Uhr**

Sprache: Deutsch

• Braunschweig

KIBIS des Paritätischen

Saarbrückener Straße 255 a
38116 **Braunschweig**

Ines Kampen

Tel: (05 31) 4 80 79-20

Fax: (05 31) 4 80 79-95

E-Mail: kibis@paritaetischer-bs.de

Roland Wolter

Tel: (05 31) 4 80 79-20

Fax: (05 31) 4 80 79-95

E-Mail: kibis@paritaetischer-bs.de

www.selbsthilfe-braunschweig.de

**Sprechzeiten: Mo, Di, Mi 9:00–12:00 Uhr
Do 14:00–17:00 Uhr**

Sprache: Deutsch

Bückeburg

Selbsthilfe-Kontaktstelle des Paritätischen Schaumburg

Dammstraße 12 a
31675 **Bückeburg**

Martina Silberkuhl

Tel: (0 57 22) 95 22-20

Fax: (0 57 22) 95 22-18

E-Mail: selbsthilfe.schaumburg@paritaetischer.de

Sprache: Deutsch

• Celle

Selbsthilfekontaktstelle KIBiS

Alt Großhehlen 21
29229 **Celle**

Ursula Grudniok

Tel: (0 51 41) 48 72 49

Fax: (0 51 41) 48 72 45

E-Mail: kibis-celle@t-online.de

www.kibis-celle.de

**Sprechzeiten: Di und Do 9:00–13:00 Uhr
Mi 16:00–20:00 Uhr**

Sprache: Deutsch, Polnisch und Russisch

• Cloppenburg

VHS-Kontaktstelle für Selbsthilfe

Altes Stadttor 16
49661 Cloppenburg

Rita Otten

Tel: (0 44 71) 18 58 72

Fax: (0 44 71) 94 69 30

E-Mail: info@selbsthilfe-cloppenburg.de

Brigitte Golob

Tel: (0 44 71) 18 58 72

Fax: (0 44 71) 94 69 30

E-Mail: info@selbsthilfe-cloppenburg.de

Elena Wagner

Tel: (0 44 71) 18 58 72

Fax: (0 44 71) 94 69 30

E-Mail: info@selbsthilfe-cloppenburg.de

www.selbsthilfe-cloppenburg.de

Sprechzeiten: Mo und Do 8:00 – 13:00 Uhr

Di 14:30 – 17:00 Uhr

Sprache: Deutsch, Plattdeutsch und Russisch

• Cuxhaven

KIBIS im Paritätischen

Kirchenpauerstraße 1
27472 **Cuxhaven**

Sabine Tscharntke

Tel: (0 47 21) 57 93-32

Fax: (0 47 21) 57 93-50

E-Mail: sabine.tscharntke@paritaetischer.de

www.paritaetischer.de/kreisgruppen/cuxhaven/top/Selbsthilfegruppen

**Sprechzeiten: Di und Fr 9:00–13:00 Uhr
Do 14:00–16:00 Uhr**

Sprache: Deutsch

Dannenberg

Selbsthilfe-Kontaktstelle des Paritätischen

Schlossgraben 3
29451 **Dannenberg**

Judith Neff

Tel: (0 58 61) 88 53

Fax: (0 58 61) 87 50

E-Mail: judith.neff@paritaetischer.de

www.paritaetischer.de/kreisgruppen/luechow-dannenberg/top/soziale-dienste/selbsthilfe-kontaktstelle

Sprechzeiten: Mo und Mi 12:00–14:00 Uhr

Sprache: Deutsch

• Delmenhorst

Selbsthilfe-Kontaktstelle im Fachdienst Gesundheit

Lange Straße 1 a
27749 **Delmenhorst**

Ulrich Gödel

Tel: (0 42 21) 99-26 25

Fax: (0 42 21) 99-12 31

E-Mail: Ulrich.Goedel@delmenhorst.de

www.selbsthilfe-delmenhorst.de

Sprechzeiten: Mo – Fr 8:00 – 12:00 Uhr

Di und Do 14:00 – 16:00 Uhr

Sprache: Deutsch, Englisch und Französisch

• Edewecht

REBEKA des Paritätischen

Holljestraße 6
26188 **Edewecht**

Dorothee Rensen

Tel: (0 44 05) 41 42

Fax: (0 44 05) 91 77 75

E-Mail: dorothee.rensen@paritaetischer.de

www.selbsthilfe-ammerland.de

Sprechzeiten: Mo – Fr 8:30 – 12:30 Uhr

Mo – Do 13:30 – 15:30 Uhr

Sprache: Deutsch

Emden

KISS im Paritätischen

Friedrich-Naumann-Straße 11

26725 **Emden**

Ulrike Burmester

Tel: (0 49 21) 93 06-13

Fax: (0 49 21) 93 06-16

E-Mail: ulrike.burmester@paritaetischer.de

www.emden.paritaetischer.de/kreisgruppen/emden/top/Selbsthilfekontaktstelle

Sprechzeiten: Di 14:30–17:00 Uhr

Do 9:00–12:30 Uhr

Sprache: Deutsch

Gifhorn

Arbeiterwohlfahrt AWO

Kreisverband Gifhorn Selbsthilfekontaktstelle

Bergstraße 35

38518 **Gifhorn**

Daniela Settels

Tel: (0 53 71) 5 94 78-25

Fax: (0 53 71) 5 94 78-20

E-Mail: selbsthilfekontaktstelle@awo-gf.de

[www.awo-gf.de/CM/index.php?option=com_content
&view=category&layout=blog&id=17&Itemid=21](http://www.awo-gf.de/CM/index.php?option=com_content&view=category&layout=blog&id=17&Itemid=21)

Sprechzeiten: Do 10:00–12:00 Uhr

Sprache: Deutsch

• **Göttingen**

**Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle im
Selbsthilfebereich, KIBIS im Gesundheitszentrum
Göttingen e. V.**

Lange-Geismar-Straße 82
37073 **Göttingen**

Annemarie Schnee

Tel: (05 51) 48 67 66

Fax: (05 51) 4 27 59

E-Mail: kibis@gesundheitszentrum-goe.de

www.kibis-goettingen.de

**Sprechzeiten: Mo und Do 10:00 – 13:00 Uhr
Mi 15:00 – 18:00 Uhr**

Sprache: Deutsch

• Goslar

AWO KISS Goslar

Bäringerstraße 24/25

38640 **Goslar**

Christine Mahlstedt

Tel: (0 53 21) 6 85 09-1 01

Fax: (0 53 21) 6 85 09-1 99

E-Mail: selbsthilfe@awo-bs.de

Brigitte Sydekum

Tel: (0 53 21) 6 85 09-1 00

Fax: (0 53 21) 6 85 09-1 99

E-Mail: selbsthilfe@awo-bs.de

www.awo-bs.de/index.php?id=76

Sprechzeiten: Di, Mi, Do 9:00–12:00 Uhr

Di 17:00–19:00 Uhr

Mi 16:00–18:00 Uhr

Do 14:00–16:00 Uhr

Sprache: Deutsch

• **Hameln**

**Kontaktstelle für Selbsthilfe
des Paritätischen**

Osterstraße 46
31785 **Hameln**

Regina Heller

Tel: (0 51 51) 57 61 13

Fax: (0 51 51) 5 99 77

E-Mail: regina.heller@paritaetischer.de

[www.soziales-hameln-pyrmont.de/
Kontaktstelle-fuer-Selbsthilfe.492.o.html](http://www.soziales-hameln-pyrmont.de/Kontaktstelle-fuer-Selbsthilfe.492.o.html)

**Sprechzeiten: Mo, Di, Do 9:00 – 12:00 Uhr
Di 15:00 – 17:00 Uhr**

Sprache: Deutsch

• Hannover

KIBIS des Paritätischen Hannover

Gartenstraße 18
30161 Hannover

Rita Hagemann

Tel: (05 11) 66 65 67

Fax: (05 11) 9 62 91 66

E-Mail: info@kibis-hannover.de

Silke Gdanitz

Tel: (05 11) 66 65 67

Fax: (05 11) 9 62 91 66

E-Mail: info@kibis-hannover.de

Henrike Nielsen

Tel: (05 11) 66 65 67

Fax: (05 11) 9 62 91 66

E-Mail: info@kibis-hannover.de

Claudia Walderbach

Tel: (05 11) 66 65 67

Fax: (05 11) 9 62 91 66

E-Mail: info@kibis-hannover.de

www.kibis-hannover.de

**Sprechzeiten: Mo, Di, Do 9:00 – 12:00 Uhr
und 13:00 – 16:00 Uhr
Mi 16:00 – 19:00 Uhr**

Sprache: Deutsch und Englisch

Helmstedt

Selbsthilfe-Kontaktstelle des Paritätischen Helmstedt

Schuhstraße 1
38350 Helmstedt

Andrea Meininghaus

Tel: (0 53 51) 5 41 91-16

Fax: (0 53 51) 5 41 91-66

E-Mail: andrea.meininghaus@paritaetischer.de

www.helmstedt.paritaetischer.de/kreisgruppen/helmstedt/top/paritaetische-dienste/selbsthilfe-kontaktstelle/

Sprechzeiten: Di 14:00 – 16:00 Uhr

Sprache: Deutsch und Englisch

• Hildesheim

KIBIS des Paritätischen Hildesheim-Alfeld Kontakt, Information und Beratung im Selbsthilfebereich

Lilly-Reich-Straße 5
31137 **Hildesheim**

Marina Stoffregen

Tel: (0 51 21) 74 16-16

Fax: (0 51 21) 74 16-20

E-Mail: marina.stoffregen@paritaetischer.de

www.kibis-hildesheim.parityaetischer.de

**Sprechzeiten: Mo, Do, Fr 9:00 – 12:00 Uhr
Mi 15:00 – 18:00 Uhr**

Sprache: Deutsch

Außenstelle Alfeld

KIBIS des Paritätischen Hildesheim-Alfeld Kontakt, Information und Beratung im Selbsthilfebereich Außenstelle Alfeld

Kalandstraße 7
31061 **Alfeld**

Marina Stoffregen

Tel: (0 51 81) 84 35-0

Fax: (0 51 81) 84 35-20

E-Mail: kibis.alfeld@paritaetischer.de

www.kibis-alfeld.parityaetischer.de

Sprechzeiten: Di 10:00 – 13:00 Uhr

Sprache: Deutsch

Kibis im Paritätischen

Wallstraße 2
37603 **Holzminden**

Daniel Leonhardt

Tel: (0 55 31) 93 27-21

Fax: (0 55 31) 93 27-90

E-Mail: Daniel.Leonhardt@paritaetischer.de

Sabine Kaiser

Tel: (0 55 31) 93 27 - 96

Fax: (0 55 31) 93 27 - 90

E-Mail: Sabine.Kaiser@paritaetischer.de

[www.paritaetischer.de/kreisgruppen/
holzminden/top/Kontaktstelle](http://www.paritaetischer.de/kreisgruppen/holzminden/top/Kontaktstelle)

Sprechzeiten: Do 15:00–17:00 Uhr

Sprache: Deutsch und Englisch

Selbsthilfe-Kontaktstelle im Gesundheitsamt des Landkreises Leer

Jahnstraße 4
26789 Leer

Hans-Hinrich Vervoort

Tel: (04 91) 9 26 11-19

Fax: (04 91) 9 26 11-40

E-Mail: selbsthilfe@lkleer.de

Susanne Kreienbrock

Tel: (04 91) 9 26 11-22

Fax: (04 91) 9 26 11-40

E-Mail: selbsthilfe@lkleer.de

Annegrete Schmidt

Tel: (04 91) 9 26 11-29

Fax: (04 91) 9 26 11-40

E-Mail: selbsthilfe@lkleer.de

www.selbsthilfekontaktstelle-leer.de

Sprechzeiten: Mo–Do 8:30–12:30 Uhr

Fr 8:30–13:00 Uhr

Sprache: Deutsch

• Lüneburg

Selbsthilfe-Kontaktstelle des Paritätischen Lüneburg

Altenbrücker Damm 1
21337 **Lüneburg**

Mandy Konsolke

Tel: (0 41 31) 86 18-21

Fax: (0 41 31) 86 18-40

E-Mail: mandy.konsolke@paritaetischer.de

Anke Baumgarten

Tel: (0 41 31) 86 18-20

Fax: (0 41 31) 86 18-40

E-Mail: Anke.Baumgarten@paritaetischer.de

www.selbsthilfe-lueneburg.de

**Sprechzeiten: Mo, Di, Mi 9:00–12:00 Uhr
Do 17:00–19:00 Uhr**

Sprache: Deutsch und Englisch

• Meppen

Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfe im Paritätischen Emsland (KoBS)

Lingener Straße 13
49716 **Meppen**

Ingrid Dülm

Tel: (0 59 31) 1 40 00

Fax: (0 59 31) 1 22 80

E-Mail: kontakt@selbsthilfe-emsland.de

www.selbsthilfe-emsland.de

**Sprechzeiten: Di und Fr 9:00–12:00 Uhr
Do 15:00–18:00 Uhr**

Sprache: Deutsch und Englisch

• Nienburg

KIBIS des Paritätischen

Von-Philipsborn-Straße 1
31582 **Nienburg**

Annette Hillmann-Hartung

Tel: (0 50 21) 97 35-25

Fax: (0 50 21) 97 35-11

E-Mail: kontakt@selbsthilfe-nienburg.de

www.selbsthilfe-nienburg.de

Sprechzeiten: Di 9:00–12:00 Uhr

Do 15:00–17:00 Uhr

Sprache: Deutsch

• Nordhorn

Gesundheitsamt Landkreis Grafschaft Bentheim Büro für Selbsthilfe und Gesundheit

Am Bölt 27
48527 **Nordhorn**

Annegret Hölscher

Tel: (0 59 21) 96 18-67

Fax: (0 59 21) 96 18-77

E-Mail: annegret.hoelscher@grafschaft.de

selbsthilfe.grafschaft-bentheim.de

Sprechzeiten: Mo–Fr 8:00–13:00 Uhr

Do 15:00–17:00 Uhr

Sprache: Deutsch, Englisch, Niederländisch
und Plattdeutsch

• Northeim

ZISS - Zentrale Informationsstelle Selbsthilfe im Landkreis Northeim

Selbsthilfekontaktstelle angesiedelt beim Caritasverband für Stadt und Landkreis Northeim

Breiter Weg 2
37154 **Northeim**

Zdravko Dušanek

Tel: (0 55 51) 91 17-70

Fax: (0 55 51) 91 17-72

E-Mail: selbsthilfe-northeim@t-online.de

Mathilde Henke

Tel: (0 55 51) 91 17-70

Fax: (0 55 51) 91 17-72

E-Mail: selbsthilfe-northeim@t-online.de

**Sprechzeiten: Mo–Fr 9:30–12:00 Uhr
Do 14:00–17:00 Uhr**

Sprache: Deutsch und Kroatisch

Außenstelle Einbeck

ZISS - Zentrale Informationsstelle Selbsthilfe im Landkreis Northeim

Selbsthilfekontaktstelle angesiedelt beim Caritasverband für Stadt und Landkreis Northeim Außenstelle Einbeck

Stiftsplatz 11
37574 **Einbeck**

Zdravko Dušanek

Tel: (0 55 61) 67 90

Fax: (0 55 61) 67 87

E-Mail: selbsthilfe-northeim@t-online.de

**Sprechzeiten: 1. und 3. Di im Monat 9:00–12:00 Uhr
nur nach Terminvereinbarung**

Sprache: Deutsch und Kroatisch

Außenstelle Nörten

**ZISS - Zentrale Informationsstelle
Selbsthilfe im Landkreis Northeim**

**Selbsthilfekontaktstelle angesiedelt beim Caritasverband für
Stadt und Landkreis Northeim Außenstelle Nörten**

Stiftsplatz 3
37176 **Nörten**

Zdravko Dušanek

Tel: (0 55 03) 22 10

Fax: (0 55 03) 4 90 20

E-Mail: selbsthilfe-northeim@t-online.de

**Sprechzeiten: 1. Di im Monat 10:00 – 12:00 Uhr
4. Do im Monat 15:00 – 17:00 Uhr
in der Kita St. Josef**

Sprache: Deutsch und Kroatisch

Außenstelle Uslar

**ZISS - Zentrale Informationsstelle
Selbsthilfe im Landkreis Northeim**

**Selbsthilfekontaktstelle angesiedelt beim Caritasverband für
Stadt und Landkreis Northeim Außenstelle Uslar**

Zum Kleinen Feld 7
37170 **Uslar**

Zdravko Dušanek

Tel: (0 55 71) 24 26

Fax: (0 55 71) 91 34 18

E-Mail: selbsthilfe-northeim@t-online.de

**Sprechzeiten: 1. Do im Monat 15:00 – 17:00 Uhr
nur nach Terminvereinbarung
3. Fr im Monat 10:00 – 12:00 Uhr**

Sprache: Deutsch und Kroatisch

Internet für alle vier Selbsthilfe-Kontaktstellen:

www.caritasverband-northeim.de/87384.html

• Oldenburg

BeKoS Oldenburg Beratungs- und Koordinationsstelle für Selbsthilfegruppen e. V.

Lindenstraße 12 a
26123 **Oldenburg**

Monika Klumpe

Tel: (04 41) 88 48 48

Fax: (04 41) 88 34 44

E-Mail: monika.klumpe@bekos-oldenburg.de

Monika Faber

Tel: (04 41) 88 48 48

Fax: (04 41) 88 34 44

E-Mail: monika.faber@bekos-oldenburg.de

Meike Dittmar

Tel: (04 41) 88 48 48

Fax: (04 41) 88 34 44

E-Mail: meike.dittmar@bekos-oldenburg.de

www.bekos-oldenburg.de

Sprechzeiten: Di–Fr 9:00–12:00 Uhr

Mo und Mi 15:00–19:00 Uhr

Gebärdensprechstunde über „skype“:

Mo 16:00–18:00 Uhr

Skype-Name: [bekos.oldenburg](#)

**Sprache: Deutsch, Englisch, Italienisch,
Spanisch und Deutsche Gebärden-
sprache (DGS)**

• **Osnabrück**

**Gesundheitsdienst für Landkreis
und Stadt Osnabrück
Büro für Selbsthilfe und Ehrenamt**

Am Schölerberg 1
49082 **Osnabrück**

Claudia Rottmann

Tel: (05 41) 5 01-31 28

Fax: (05 41) 5 01-88 88

E-Mail: claudia.rottmann@LKOS.de

Ursula Jahn-Detmer

Tel: (05 41) 5 01-80 17

Fax: (05 41) 5 01-88 88

E-Mail: ursula.jahn-detmer@LKOS.de

www.landkreis-osnabrueck.de/selbsthilfe

**Sprechzeiten: Mo – Fr 8:00 – 15:00 Uhr
Do 8:00 – 17:30 Uhr**

Sprache: Deutsch

Osterholz-Scharmbeck

KIBS Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle für Selbsthilfe im Landkreis Osterholz

Am Stadtpark 14
27711 Osterholz-Scharmbeck

Dagmar Terbeck-Paul

Tel: (0 47 91) 98 29-0 01

Fax: (0 47 91) 98 29-6 04

E-Mail: kibs-landkreis-osterholz@t-online.de

Gerhard Michaelis

Tel: (0 47 91) 98 29-0 01

Fax: (0 47 91) 98 29-6 04

E-Mail: kibs-landkreis-osterholz@t-online.de

www.paritaetischer.de/kreisgruppen/osterholz/top/soziale-dienste

Sprechzeiten: Mo 10:00 – 12:00 Uhr

Do 16:30 – 18:30 Uhr

Fr 8:00 – 10:00 Uhr

Sprache: Deutsch und Englisch

• Osterode

KISS des Paritätischen Selbsthilfe-Kontaktstelle im Landkreis Osterode

Abgunst 1

37520 **Osterode**

Marion Janeczek

Tel: (0 55 22) 90 77-16

Fax: (0 55 22) 90 77-29

E-Mail: kiss.osterode@paritaetischer.de

Anette Nikulla

Tel: (0 55 22) 90 77-19

Fax: (0 55 22) 90 77-29

E-Mail: kiss.osterode@paritaetischer.de

[www.osterode.paritaetischer.de/kreisgruppen/
osterode/top/selbsthilfekontaktstelle](http://www.osterode.paritaetischer.de/kreisgruppen/osterode/top/selbsthilfekontaktstelle)

Sprechzeiten: Mo 12:00–14:00Uhr

Di 8:00–13:00 Uhr

Mi 9:00–15:00 Uhr

jeden 1. + 3. Do i. M. 9:00–12:00 Uhr

jeden 2. + 4. Do i. M. 15:00–18:00 Uhr

Sprache: Deutsch

**Kontakt- und Informationsstelle
für Selbsthilfe -KISS- Peine**

Bodenstedtstraße 11
31224 **Peine**

Detlev Wallasch

Tel: (0 51 71) 9 40 95-60

Fax: (0 51 71) 9 40 95-63

E-Mail: detlev.wallasch@paritaetischer.de

Katja Wendhausen

Tel: (0 51 71) 9 40 95-60

Fax: (0 51 71) 9 40 95-63

E-Mail: katja.wendhausen@paritaetischer.de

Klara Tölzer

Tel: (0 51 71) 9 40 95-60

Fax: (0 51 71) 9 40 95-63

E-Mail: klara.toelzer@paritaetischer.de

www.selbsthilfe-peine.de

Sprechzeiten: Mo, Mi, Do 9:00–12:00 Uhr

Mi 14:00–16:00 Uhr

Sprache: Deutsch und Russisch

• Rotenburg Wümme

ZISS - Zentrale Informationsstelle Selbsthilfe Selbsthilfekontaktstelle im Landkreis Rotenburg Wümme

Bahnhofstraße 20
27356 **Rotenburg Wümme**

Marta Schünemann

Tel: (0 42 61) 8 51 82 39

Fax: (0 42 61) 9 62 52 20

E-Mail: ziss-rotenburg@caritas-stade.de

www.cvstade.caritas.de/60641.html

Sprechzeiten: Mo 13:00–16:00 Uhr

Do 10:00–12:00 Uhr

Sprache: Deutsch, Englisch und Polnisch

Salzgitter

KISS im Paritätischen Salzgitter

Marienbruchstraße 61–63
38226 **Salzgitter**

Heidrun Krebs

Tel: (0 53 41) 84 67-12

Fax: (0 53 41) 84 67-24

E-Mail: heidi.krebs@paritaetischer.de

[www.paritaetischer.de/kreisgruppen/salzgitter/
top/projekte](http://www.paritaetischer.de/kreisgruppen/salzgitter/top/projekte)

Sprechzeiten: Mo–Fr 10:00–12:00 Uhr

Sprache: Deutsch, Englisch und Italienisch

• Stade

KIBIS des Paritätischen

Johannisstraße 3
21682 **Stade**

Ulrich Brachthäuser

Tel: (0 41 41) 38 56

Fax: (0 41 41) 92 15 11

E-Mail: kibis-stade@paritaetischer.de

www.paritaetischer.de/kreisgruppen/stade/top/soziale-dienste/Selbsthilfe

Sprechzeiten: Di und Do 14:00–18:00 Uhr

Sprache: Deutsch

• Uelzen

Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle im Selbsthilfebereich KIBiS

Veerßer Straße 92
29525 **Uelzen**

Jeanette Kötke

Tel: (05 81) 97 07-16

fax. (05 81) 97 07-20

E-Mail: jeanette.koetke@paritaetischer.de

www.uelzen.paritaetischer.de/kreisgruppen/uelzen/top/soziale-dienste/KIBIS_Selbsthilfeberatung

Sprechzeiten: Mo, Di, Do 9:00–13:45 Uhr

Mi 12:00–17:00 Uhr

Sprache: Deutsch

• Varel

Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe (KISS) im Paritätischen Friesland

Zum Jadebusen 12
26316 **Varel**

Gabriele Peest

Tel: (0 44 51) 91 46-46

Fax: (0 44 51) 91 46-47

E-Mail: kiss-friesland@paritaetischer.de

www.kiss-friesland.de

Sprechzeiten: Mo 9:00–12:00 Uhr

Di 15:00–18:00 Uhr

Do 10:00–12:00 Uhr

Sprache: Deutsch und Englisch

Außenstelle Jever

Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe (KISS) im Paritätischen Friesland

Außenstelle Jever

Mühlenstraße 20
26441 **Jever**

Gabriele Peest

Tel: (0 44 61) 93 02-20

Fax: (0 44 61) 93 02-99

E-Mail: kiss-friesland@paritaetischer.de

www.kiss-friesland.de

Sprechzeiten: Mi 11:00–15:30 Uhr

Sprache: Deutsch und Englisch

• Vechta

Kontakt- und Beratungsstelle Selbsthilfe im Landkreis Vechta des Landes-Caritasverbandes für Oldenburg e.V.

Neuer Markt 30
49377 **Vechta**

Karin Bockhorst

Tel: (0 44 41) 87 07-6 25

Fax: (0 44 41) 87 07-6 61

E-Mail: kontaktstelle@lcv-oldenburg.de

Sigrid Möller

Tel: (0 44 41) 87 07-6 32

Fax: (0 44 41) 87 07-6 61

E-Mail: kontaktstelle@lcv-oldenburg.de

[www.lcv-oldenburg.de/ichsuchehilfe/
selbsthilfegruppen/](http://www.lcv-oldenburg.de/ichsuchehilfe/selbsthilfegruppen/)

**Sprechzeiten: Mo 10:00 – 12:00 Uhr
und 16:30 – 18:30 Uhr**

Do 14:00 – 17:00 Uhr

Fr 10:00 – 12:00 Uhr

Sprache: Deutsch, Englisch und Französisch

• Verden

Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen Ev.-luth. Kirchenkreis Verden

Hinter der Mauer 32 (Stadtkirchenzentrum)
27283 **Verden**

Heike Hansmann

Tel: (0 42 31) 93 79 74

Fax: (0 42 31) 93 56 29

E-Mail: selbsthilfe.verden@evlka.de

Angela Menke

Tel.: (0 42 31) 80 04 30

Fax: (0 42 31) 93 56 29

E-Mail: Angela.Menke@evlka.de

www.kirchenkreis-verden.de/index.php?id=77

Sprechzeiten: Mo–Do 9:00–12:00 Uhr

Sprache: Deutsch

• Walsrode

Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen Ev.-luth. Kirchenkreis Walsrode

Kirchplatz 8
29664 **Walsrode**

Detlef Olek

Tel: (0 51 61) 80 10

Fax: (0 51 61) 7 45 88

E-Mail: SelbsthilfeKOST-Walsrode@gmx.de

[www.kirchenkreis-walsrode.de/
Beratung-und-Hilfe-Selbsthilfekontaktstelle/
Selbsthilfekontaktstelle](http://www.kirchenkreis-walsrode.de/Beratung-und-Hilfe-Selbsthilfekontaktstelle/Selbsthilfekontaktstelle)

**Sprechzeiten: Mo–Do 9:00–12:00 Uhr
und 14:00–15:30 Uhr**

Sprache: Deutsch

Wildeshausen

Selbsthilfe-Kontaktstelle im Landkreis Oldenburg

Delmenhorster Straße 6
27793 **Wildeshausen**

Rita Rockel

Tel: (0 44 31) 85-4 73

Fax. (0 44 31) 85-2 00

E-Mail: rita.rockel@oldenburg-kreis.de

www.landkreis-oldenburg.de/1464.html

Sprechzeiten: Fr 9:00 – 12:00 Uhr

Sprache: Deutsch

• **Wilhelmshaven**

**G & S Gesundheit und Selbsthilfe e. V.
Selbsthilfe-Kontaktstelle**

Kieler Straße 65
26382 **Wilhelmshaven**

Anke Wellnitz

Tel: (0 44 21) 7 71 93 29

Fax: (0 44 21) 7 71 93 29

E-Mail: seko-wellnitz@t-online.de

www.selbsthilfekontaktstelle-whv.de

**Sprechzeiten: Mo und Di 9:00–13:00 Uhr
Do 15:00–18:00 Uhr**

Sprache: Deutsch

Außenstelle Wittmund

**G & S Gesundheit und Selbsthilfe e. V.
Selbsthilfe-Kontaktstelle**

Kurt-Schwitters-Platz 2
26409 **Wittmund**

Heinz Buss

Tel: (0 44 62) 94 25 36

Fax: (0 44 62) 92 27 49

E-Mail: seko-buss@t-online.de

www.selbsthilfekontaktstelle-whv.de

Sprechzeiten: Di–Do 9:00–12:00 Uhr

Sprache: Deutsch

• Winsen Luhe

(ZISS) Zentrale Informationsstelle Selbsthilfe im Landkreis Harburg c/o Caritasverband

Elsternweg 1
21423 **Winsen Luhe**

Michael Rittmeier

Tel: (0 41 71) 65 31-22

Fax: (0 41 71) 65 31-23

E-Mail: info@ziss-online.de

www.ziss-online.de

Sprechzeiten: Mo 10:00 – 12:00 Uhr

Di, Mi, Fr 9:00 – 13:00 Uhr

Sprache: Deutsch

• Wolfenbüttel

Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe (KISS) im Paritätischen Wolfenbüttel

Kommißstraße 5
38300 **Wolfenbüttel**

Christine Freywald

Tel: (0 53 31) 92 00-60

Fax: (0 53 31) 92 00-79

E-Mail: christine.freywald@paritaetischer.de

[www.wolfenbuettel.paritaetischer.de/
kreisgruppen/wolfenbuettel/top/einrichtungen/](http://www.wolfenbuettel.paritaetischer.de/kreisgruppen/wolfenbuettel/top/einrichtungen/)

Sprechzeiten: Di 9:00 – 13:00 Uhr

Mi 12:00 – 17:00 Uhr

Sprache: Deutsch

• Wolfsburg

KISS des Paritätischen Wolfsburg

Saarstraße 10 a
38440 **Wolfsburg**

Marina Nowotschyn

Tel: (0 53 61) 29 50-50

Fax: (0 53 61) 29 50-21

E-Mail: info@selbsthilfe-wolfsburg.de

Axel Pieper

Tel.: (0 53 61) 29 50-50

Fax: (0 53 61) 29 50-21

E-mail: info@selbsthilfe-wolfsburg.de

www.selbsthilfe-wolfsburg.de

Sprechzeiten: Mo und Di 9:00–12:00 Uhr
Do 14:00–17:00 Uhr

Sprache: Deutsch und Englisch



**Wir bewegen –
was uns verbindet**

Selbsthilfegruppen in Niedersachsen

Copyright: © Selbsthilfe-Büro Niedersachsen
Eine Einrichtung der
Deutschen
Arbeitsgemeinschaft
Selbsthilfegruppen e. V.

