Gemeinsame Herausforderungen meistern und neue Wege gehen.

Register Heft-Nr. 69
Paritätische Selbsthilfekontaktstellen

Halle-Saalekreis, Landkreis Saalekreis
Burgenlandkreis und Mansfeld - Südharz

DER PARITÄTISCHE
SACHSEN-ANHALT

Selbsthilfe

Information
Beratung
Vermittlung
Begleitung

.....

Wir helfen Menschen sich selbst zu helfen!

.....

Impressum

Herausgeber: **Paritätische Selbsthilfekontaktstelle Halle-Saalekreis**
Paritätische Selbsthilfekontaktstelle Landkreis Saalekreis
Paritätische Selbsthilfekontaktstelle Burgenlandkreis
Paritätische Selbsthilfekontaktstelle Mansfeld - Südharz

Auflage: 2.000 Stück
Satzarbeit: Christian Trömel (Format78.com/de)

Hinweis

Die Informationen in unserem Register erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

Wir waren dennoch bemüht, die uns bekannten Akteure der Selbsthilfe und die regionalen Beratungsstellen bzw. die Selbsthilfeunterstützungsstellen zu erfassen, um Ihnen so einen möglichst umfassenden Datenüberblick zur Verfügung zu stellen. Sollten Sie wichtige Informationen bzw. Anschriften vermissen, Fehler in den Kontaktdaten feststellen oder Ihre eigene Selbsthilfegruppe nicht finden, dann nehmen Sie bitte Kontakt mit uns auf!

Mit der Nennung von Adressen bzw. Kontaktdaten sind keine Empfehlungen seitens der Paritätischen Selbsthilfekontaktstellen verbunden.
Für die vorliegenden Inhalte sind die Selbsthilfegruppen und Einrichtungen eigenverantwortlich. Es wird deshalb für diese Inhalte jede Haftung ausgeschlossen.

Alle Rechte vorbehalten.

Das Selbsthilferegister, auch Auszüge daraus, dürfen nur mit schriftlicher Zustimmung der Paritätischen Selbsthilfekontaktstelle Halle-Saalekreis reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Informationsmaterialen online bestellen.

© 2023 / Paritätische Selbsthilfekontaktstelle Halle-Saalekreis

Selbsthilfe.

Gemeinsam Herausforderungen meistern und neue Wege gehen.

Selbsthilfe-gruppe ..... **Selbsthilfe-kontaktstelle** ..... Selbsthilfe-verband

In **Selbsthilfegruppen** schließen sich Menschen zusammen, die ein spezifisches Lebensthema teilen, gemeinsam mit einer Erkrankung oder Behinderung leben, Informationen suchen, Erfahrungen austauschen, Unterstützung bieten und erhalten, gemeinsame Aktivitäten genießen und ihre Lebenssituation bestmöglich gestalten.
Die Themen der Selbsthilfegruppen sind so vielfältig wie die Menschen selbst. Bei den regelmäßigen kostenlosen Treffen der Gruppen erfährt man von Gleichbetroffenen viele interessante Möglichkeiten, mit sozialen, körperlichen und psychischen Herausforderungen umzugehen. Die Erkenntnis, "nicht mehr allein zu sein", macht Mut und gibt Zuversicht.
Die Gemeinschaft von Betroffenen, Angehörigen und Interessierten bietet Halt und stärkt das Selbstvertrauen. Offene Gespräche mit Verständnis füreinander, Vertrauen und wechselseitige Unterstützung sind die wichtigsten Merkmale aller Selbsthilfegruppen.

Die **Selbsthilfekontaktstellen** informieren über Selbsthilfe, deren regionalen Selbsthilfeakteuren, beraten bei der Suche nach Hilfsangeboten, unterstützen und vernetzen Ratsuchende, helfen bei der Gruppengründung, stellen Gruppentreffräume zur Verfügung, bilden Selbsthilfeaktive aus, kooperieren mit Selbsthilfeverbänden, arbeiten mit dem professionellen medizinische und therapeutischen Unterstützungsangeboten zusammen.

Die Selbsthilfekontaktstellen bringen Menschen jeden Alters mit ihren individuellen Anliegen und Erkrankungen zusammen, stärken die Gemeinschaft und fördern eine Vielfalt von Selbsthilfeangeboten. Zahlreiche Unterstützer aus dem ärztlichen Fachpersonal, Kliniken, Apotheken, Organisationen des Gesundheits- und Sozialwesens und vielen mehr unterstützen die Selbsthilfekontaktstellen.

Selbsthilfeverbände verknüpfen landes- oder bundesweit die Zusammenarbeit verschiedenster Selbsthilfegruppen zum gleichen Thema und sind so ein wichtiger Punkt in der regionalen und überregionalen Arbeit für die Selbsthilfe. Diese Interessenverbände vertreten Betroffene, Hilfesuchende und deren Angehörige bei Gremien des Sozial- und Gesundheitssystems.

Während der Corona-Pandemie wurde die Bedeutung der Digitalisierung auch in der Selbsthilfe allen klar und wie offen die Menschen für neue Themen hier sind.
Die Selbsthilfekontaktstellen unterstützen die Selbsthilfeinteressierten hier bei der Digitalisierung und halfen so dabei, die Gruppen während der Pandemie zusammenzuhalten und den Austausch aufrechtzuerhalten. Nach der Pandemie hat sich jedoch gezeigt, dass neben der Digitalisierung auch das persönliche Miteinander weiterhin wichtig und gefragt ist.
Viele Gruppen verzeichnen wieder eine verstärkte Nachfrage nach persönlichen Treffen und Austausch. Deshalb ist es wichtig, in Zukunft ein ausgewogenes Verhältnis zwischen realer und digitaler Selbsthilfe zu finden und zu koordinieren.

Seien Sie eingeladen mit uns gemeinsam auf die Angebote der Selbsthilfegruppen und -verbände zu verweisen und so vielen Menschen den Zugang zur Selbsthilfe zu ermöglichen.

Denn egal wie alt man ist, ein offenes Ohr und ein offener Arm ist für jeden wichtig.

M. Voigt

Meik Voigt
Leiterin der Selbsthilfekontaktstelle Halle-Saalekreis

SELBSTHILFE KONTAKTSTELLEN

Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser,

die Selbsthilfe ist ein wichtiger Bestandteil der deutschen Gesundheitslandschaft und Stütze unseres Gesundheitssystems. Selbsthilfegruppen, -Organisationen und -Kontaktstellen bieten Erkrankten, wie auch Angehörigen die Möglichkeit, eigenverantwortlich ihre Gesundheitskompetenz zu stärken und das Leben trotz einer Erkrankung oder Behinderung zu bewältigen.

Ergänzend zur medizinischen Betreuung ist die Selbsthilfe für die gesundheitliche Versorgung ein wichtiger Baustein, den die TK seit Jahren unterstützt. Neben der pauschalen Förderung für Raummiete, Büromaterialien oder andere Fixkosten bezuschusst die TK auch Einzelprojekte wie die Weiterentwicklung und den Druck dieses Registers.

Ein Verzeichnis, wie das hier vorliegende, gibt auf der Suche nach dem richtigen Kontakt wertvolle Hinweise, benennt Akteure und bietet den Grundstein für eine Vernetzung und individuelle Kommunikation.

Es ist erfreulich, dass mehr und mehr Selbsthilfeeinrichtungen neben den klassischen Aktivitäten auch digitale Möglichkeiten nutzen. Unabhängig von Ort und Zeit können Hilfesuchende Zugang zu Selbsthilfestrukturen erlangen. Nicht nur über die von der TK finanziell unterstützte App „Selbsthilfe Sachsen-Anhalt Süd“, sondern auch mit Hilfe des hier enthaltenden QR-Codes vernetzt dieses Register die dargestellten Informationen und erleichtert den Zugang in die digitale Welt. Es stellt eine Navigationshilfe im südlichen Sachsen-Anhalt dar.

Ich bin mir sicher, die Broschüre wird ihren Beitrag dafür leisten, dass Betroffene schnell den für sie richtigen Ansprechpartner finden und sich noch stärker miteinander vernetzen.

Mit freundlichen Grüßen

Steffi Suchant
Leiterin der TK-Landesvertretung Sachsen-Anhalt

Die APP zur Selbsthilfe

Für chronisch kranke oder behinderte Menschen beziehungsweise ihre Familie oder Freunde ist es häufig schwierig, die passende Selbsthilfe zu finden.

Viele Selbsthilfegruppen sind im Netz schwer auffindbar und mit spärlichen Informationen ausgestattet. Zudem sind insbesondere jüngere Menschen über herkömmliche Selbsthilfeangebote nur schwierig zu erreichen. Im Süden Sachsen-Anhalts sind nun mehr als 400 ansässige Selbsthilfegruppen erstmals gebündelt an einem virtuellen Ort zu finden.

Möglich macht das eine im Auftrag der Paritätischen Selbsthilfekontaktstelle Halle-Saalekreis mit finanzieller Unterstützung der Techniker Krankenkasse (TK) entwickelte neue App. Diese Applikation für Smartphones und Tablets mit dem Namen "Selbsthilfe Sachsen-Anhalt Süd" umfasst neben Halle (Saale) auch die Regionen Anhalt Bitterfeld, Burgenlandkreis, Landkreis Harz, Mansfeld-Südharz, Saalekreis sowie Salzlandkreis.

Die App "Selbsthilfe Sachsen-Anhalt Süd" steht kostenlos zum Download für die gängigen Betriebssysteme Android (Google Play App-Store) und iOS (Apple App-Store) zur Verfügung.

Diese Markierung **(SH APP)** zeigt Ihnen auf den Folgeseiten Beiträge in der Selbsthilfe APP.

Inhalt

Impressum 3

Vorwort für das Selbsthilferegister 4

Paritätische Selbsthilfekontaktstelle Halle-Saalekreis 13

1. Erkrankungen / Behinderungen 14
   - 1.1. Allergische / asthmatische Erkrankungen und andere Atemwegserkrankungen 14
   - 1.2. Angeborene / erworbene Fehlbildungen und Behinderungen 14
   - 1.3. Endokrine-, Ernährungs- und Stoffwechselerkrankungen 16
   - 1.4. Erkrankungen der Verdauungsorgane und des Harntraktes 18
   - 1.5. Herz-Kreislauf- und Gefäßerkrankungen 19
   - 1.6. Hirnschädigungen 19
   - 1.7. Krankheiten des Blutes, des Immunsystems 20
   - 1.8. Krankheiten des Nervensystems / Neurologische Krankheiten, Chronischer Schmerz 21
   - 1.9. Erkrankungen der Sinnesorgane 25
   - 1.10. Krankheiten des Skeletts, der Gelenke, der Muskeln und des Bindegewebes 28
   - 1.11. Organtransplantationen 32
   - 1.12. Seltene Erkrankungen 32
2. Krebserkrankungen / Tumorerkrankungen 34
3. Psychische Erkrankungen und Probleme 38
4. Sucht / Abhängigkeit 46
5. Seniorinnen und Senioren 52
6. Menschen mit Migrationshintergrund 52
7. Ökologie / Umwelt / Ernährung 54
8. Selbsthilfeinitiativen 54
9. Beziehung / Partnerschaft 55
10. Ehe / Familie 57
11. Pflege 58
12. Frauen 59
13. Männer 64
14. Tod / Trauer / Trennung 64
15. Ausgewählte Beratungsstellen in der Stadt Halle (Saale) 67

Paritätische Selbsthilfekontaktstelle Landkreis Saalekreis 75

1. Allergische & andere Atemwegserkrankungen 76
2. Endokrine, Ernährungs- und Stoffwechselkrankheiten 76
3. Krankheiten des Blutes, des Immunsystems 77
4. Nervensystem-& Neurologische Erkrankungen 78
5. Krankheiten der Sinnesorgane 79
6. Krankheiten des Skeletts, der Gelenke, der Muskeln und des Bindegewebes und der Haut 80
7. Nieren- & Harnwegserkrankungen 82
8. Organerkrankungen 82
9. Infektionskrankheiten 83
10. Krebserkrankungen / Tumorerkrankungen 83
11. Psychische Erkrankungen und Probleme 84
12. Neurologische Dysfunktionen 87
13. Sucht / Abhängigkeit 87
14. Beziehung / Partnerschaft / Leben 92
15. Pflege 92
16. Trauer 93
17. Beratungsstellen im Landkreis Saalekreis 93

Paritätische Selbsthilfekontaktstelle Burgenlandkreis 99

1. Erkrankungen / Behinderungen 100
   - 1.1. Allergische / asthmatische Erkrankungen und andere Atemwegserkrankungen 100
   - 1.2. Angeborene / erworbene Fehlbildungen und Behinderungen 100
   - 1.3. Endokrine-, Ernährungs- und Stoffwechselerkrankungen 101
   - 1.4. Herz-Kreislauf- und Gefäßerkrankungen 101
   - 1.5. Krankheiten des Nervensystems / Neurologische Krankheiten, Chronischer Schmerz 102
   - 1.6. Erkrankungen der Sinnesorgane 102
   - 1.7. Krankheiten des Skeletts, der Gelenke, der Muskeln und des Bindegewebes 103
2. Krebserkrankungen / Tumorerkrankungen 104
3. Psychische Erkrankungen und Probleme 106
4. Sucht / Abhängigkeit 108
5. Selbsthilfeinitiativen 109
6. Pflege 110
7. Tod / Trauer / Trennung 111
8. Ausgewählte Beratungsstellen 111

Paritätische Selbsthilfekontaktstelle Mansfeld - Südharz 114

1. Chronische Erkrankungen und Behinderungen 114
   1.1. Allergische / asthmatische Erkrankungen und andere Atemwegserkrankungen 114
   1.2. Angeborene / erworbene Fehlbildungen und Behinderungen 114
   1.3. Endokrine, Ernährungs- und Stoffwechselkrankheiten 115
   1.4. Erkrankungen der Verdauungsorgane und des Harntraktes 116
   1.5. Herz-Kreislauf- und Gefäßerkrankungen 117
   1.6. Krankheiten des Nervensystems / Neurologische Krankheiten / Chronischer Schmerz 117
   1.7. Krankheiten der Sinnesorgane 118
   1.8. Krankheiten des Skeletts, der Gelenke, der Muskeln und des Bindegewebes 118
2. Krebserkrankungen / Tumorerkrankungen 120
3. Psychische Erkrankungen und Probleme 122
4. Sucht / Abhängigkeit 124
5. Seniorinnen / Senioren 126
6. Beziehung / Partnerschaft 127
7. Pflege 127
8. Tod / Trauer / Trennung 128
9. Ausgewählte Beratungsstellen 128

Übersicht Selbsthilfeverbände LSA 130

Übersicht über die Selbsthilfekontaktstellen im Land Sachsen-Anhalt 133

Stichwortverzeichnis 139

Zu guter Letzt 147

Projekt „Digitalisierung - Stärkung der Selbsthilfearbeit im südlichen Sachsen-Anhalt“

In Sachsen-Anhalt Süd ist die gemeinschaftliche Selbsthilfe weit verbreitet und anerkannt, allerdings sind nicht alle Selbsthilfeangebote der Mehrheit bekannt. Einige Gründe dafür sind, dass sie nicht genug über die Möglichkeiten der Selbsthilfe informiert sind, keine adäquate Gruppe in der Nähe finden oder statt der klassischen Form der Selbsthilfe neue, innovativere Methoden und Kanäle bevorzugen.

Mit dem Projekt „Digitalisierung“ wollen die Selbsthilfekontaktstellen der Regionalstelle Süd hier nun neue Wege beschreiten. Um Selbsthilfe stärker zu etablieren, gilt es hier mit aktiver, zielgruppengerechter Öffentlichkeitsarbeit über die Möglichkeit von Selbsthilfe,–gruppen und -verbänden zu informieren.

Die Nutzung digitaler Plattformen und Sozialer Medien und die digitale „Aufrüstung“ der Selbsthilfegruppen geht einher mit der Schulung und Unterstützung der Selbsthilfegruppen.
So bieten wir Workshop und individuelle Beratung/ Unterstützung beim Umgang mit einer modernen und zeitgemäßen Selbsthilfearbeit an.

Kontakt: Regionalstelle Süd
Merseburger Straße 246, 06130 Halle (Saale)
Telefon: 0345 / 5204115
E-Mail: theinrich@paritaet-lsa.de

Bitte unterstützen Sie unsere Selbsthilfe Arbeit in Ihrer Region.

Spende

Paritätische Selbsthilfekontaktstelle Halle-Saalekreis (SHK Halle-SK)

Büro:	Merseburger Str. 246 06130 Halle (Saale)
Zeiten:	Mo – Do, 08:00 Uhr – 17:00 Uhr Jeden 3. Sonnabend in ungeraden Monaten von 09:00– 12:00 Uhr
Telefon:	0345 / 5204110 -11
Telefax:	0345 / 5204112
E-Mail:	shk-halle@paritaet-lsa.de
Webseite:	kontaktstelle-shg.de
Webseite:	selbsthilfekontaktstellen-lsa.de
Facebook:	facebook.com/kontaktstellehalle
Instagram:	instagram.com/kontaktstellehalle

Spenden

Bank:	Volksbank Halle (Saale) e.G.
IBAN:	DE17800937840102501449
PayPal:	paypal.me/kontaktstellehalle

Paritätische Selbsthilfekontaktstelle Pflege (SHK Pflege)

Büroadresse:	Merseburger Str. 246, 06130 Halle (Saale)
Zeiten:	Mo 08:00– 12:00 Uhr, Mi 11:00– 17:00 Uhr und nach Vereinbarung
Telefon:	0151 / 553 683 53
E-Mail:	pflege-shk-halle@paritaet-lsa.de
Webseite:	selbsthilfekontaktstellen-lsa.de

Der Weg zu uns.

1. Erkrankungen / Behinderungen

1.1. Allergische / asthmatische Erkrankungen und andere Atemwegserkrankungen

Selbsthilfegruppe Lungenemphysem-COPD

Kontakt: Prof. Dr. Siegfried Stötzer
Telefon: 034297 / 45743
Kontakt: Gudrun Zwarg
Telefon: 0157-51679576
E-Mail: gudrunzwarg@web.de
Webseite: www.lungenemphysem-copd.de
Treffen: Jeden letzten Samstag im Monat, 14:30– 16:00 Uhr, St. Elisabeth-Krankenhaus, Elisabeth-Tisch, Mauerstraße 5, 06110 Halle (Saale)

Selbsthilfegruppe Long Covid

Kontakt: Christian, Martin Peggy
E-Mail: shg.longcovid.halle@mailbox.org
Webseite: www.longcovid-halle.info
Treffen: Jeden 4. Donnerstag im Monat, 16:00– 18:00 Uhr SHK Halle-SK

1.2. Angeborene / erworbene Fehlbildungen und Behinderungen

Lebens(t)raum e.V.

Neue Perspektiven für körper-, geistig- und mehrfach behinderte Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene

Büro: Große Märkerstraße 14 / 15, 06108 Halle (Saale)
Zeiten: Mo-Do 09:00– 13:00 Uhr u. 14:00– 16:00 Uhr, Fr 09:00– 13:00 Uhr

Telefon: 0345 / 5200251
Telefax: 0345 / 5201664
E-Mail: kontakt@lebenstraum-verein.de
Webseite: www.lebenstraum-verein.de

Down – Kind Halle (Saale) e.V.

Kontakt: Claudia Strech
Telefon: 0345 / 27990715
E-Mail: Down-Kind.eV@downsyndrom-halle.de
Kontakt: Ellen Schlag
Telefon: 0173 / 7712312
Webseite: www.irisfamilienzentrum.de
Treffen: Auf Anfrage, IRIS-Regenbogenzentrum, Schleiermacherstraße 39, 06114 Halle (Saale)

Fetale Alkohol Spektrum Störung (FASD) Selbsthilfegruppe FASD Halle

Kontakt: Christine Knoll
Telefon: 0174 / 4796020
E-Mail: c.knoll@cvjm-halle.de
Treffen: Jeden 3. Samstag und nach Absprache, 15:00 Uhr Schnitte Ost (CVJM), Matthias- Grünewald-Straße 1, 06124 Halle (Saale)

Allgemeiner Behindertenverband in Halle e.V. (ABiH), „Für Selbstbestimmung und Würde“

Kontakt: Jörg Denis (Geschäftsstellenleiter)
Kontakt: Silke Thiemann (Vorsitzende)
Büro: Ernst-Abbe´-Straße 24b, 06122 Halle (Saale)
Zeiten: Mo 09:00– 16:00 Uhr,
Di, Fr 09:00– 12:00 Uhr
Mi, Do 09:00– 17:00 Uhr
Telefon: 0345 / 8059947
Telefax: 0345 / 8059950
E-Mail: abih.info@gmx.de
Webseite: www.abih.de

Selbsthilfegruppe „Fit und aktiv mit Handicap“ im ABiH

Kontakt: Alexander Keuth
Telefon: 0170 / 3201093
E-Mail: Alexander.keuth@gmx.de
Kontakt: Rene Schmidt
Telefon: 0151 / 51287396
E-Mail: Rene.schmidt@halle.de
Treffen: Auf Anfrage wöchentlich, 18:00– 20:00 Uhr, ABiH

Familiengruppe mit Kindern mit neuromuskel. Erkrankungen

Kontakt: Interdisziplinäre Frühförderstelle am Sozialpädiatrischen Zentrum (IFF-SPZ)
Büro: Barbarastraße 10, 06110 Halle (Saale)
Telefon: 0345 / 2135702
E-Mail: iff-spz@krankenhaus-halle-saale.de
Webseite: www.krankenhaus-halle-saale.de
Treffen: Auf Anfrage

Elterngruppe mit ehemaligen Frühgeborenen

Kontakt: IFF-SPZ
Telefon: 0345 / 2135702
E-Mail: iff-spz@krankenhaus-halle-saale.de
Webseite: www.krankenhaus-halle-saale.de
Treffen: Auf Anfrage

1.3. Endokrine, Ernährungs- und Stoffwechselerkrankungen

Selbsthilfegruppe Adipositas

Kontakt: Elke Redeker
Telefon: 0162 / 8763300
E-Mail: elke.adipositas-shg-halle@web.de
Kontakt: Katrin Lichtenfeld
Telefon: 0163 / 3966229
E-Mail: katrinlichtenfeld@web.de
Treffen: Jeden 1. Montag im Monat, 17:30 – 19:30 Uhr, St. Elisabeth-Krankenhaus, Besprechungsr. 3, Mauerstraße 5, 06110 Halle (Saale)

SELBSTHILFE
KONTAKTSTELLEN

Paritätische Selbsthilfekontaktstelle
Halle-Saalekreis (SHK Halle-SK)

Adresse: Merseburger Str. 246
06130 Halle (Saale)
Telefon: 0345 / 5204110 / 11
Telefax: 0345 / 5204112
E-Mail: shk-halle@paritaet-lsa.de
Webseite: kontaktstelle-shg.de
Facebook: facebook.com/kontaktstellehalle
Insagram: instagram.com/kontaktstellehalle

Paritätische Selbsthilfekontaktstelle
Landkreis Saalekreis (SHK SK)

Adresse: Sixtistraße 16a, 06217 Merseburg
Telefon: 03461 / 34 187 2
Telefon: 0170 / 674 78 07
Telefax: 03461 / 249 453
E-Mail: shk-sk@paritaet-lsa.de
Webseite: selbsthilfekontaktstellen-lsa.de
Facebook: facebook.com/selbsthilfekontaktstellemerseburg
Insagram: instagram.com/selbsthilfe_saalekreis

Paritätische Selbsthilfekontaktstelle
Burgenlandkreis (SHK BLK)

Adresse: Am Kalktor 05, 06712 Zeitz
Telefon: 03441 / 72 59 73
Fax: 03441 / 72 59 89
E-Mail: shk-blk@paritaet-lsa.de
Webseite: selbsthilfekontaktstellen-lsa.de
Facebook: facebook.com/selbsthilfekontaktstellezeitz

Paritätische Selbsthilfekontaktstelle
Mansfeld - Südharz (SHK MSH)

Adresse: An der blauen Hütte 22
06526 Sangerhausen
Telefon: 03464 / 544 660 3
Telefax: 03464 / 544 660 4
E-Mail: shk-msh@paritaet-lsa.de
Webseite: selbsthilfekontaktstellen-lsa.de
Facebook: facebook.com/KontaktstelleMSH

Mit freundlicher
Unterstützung durch
Die Techniker