

# Selbsthilfegruppen des Wartburgkreises

Wegweiser für Betroffene,  
Angehörige und Interessierte



**S**chwierigkeiten überwinden

**E**rkennen und Handeln

**L**eben gestalten

**B**eziehungen aufbauen

**S**oziales Miteinander

**T**eilnehmen und verstehen

**H**ilfe geben und annehmen

**I**nformationen sammeln

**L**ebensmut schöpfen

**F**ähigkeiten stärken

**E**rfahrungen nutzen



## Inhaltsverzeichnis

Neue Selbsthilfegruppen im Wartburgkreis	6
Selbsthilfegruppen – mit Anderen zusammenkommen	7
Selbsthilfekontaktstelle Wartburgkreis	9

### **Selbsthilfegruppen im Wartburgkreis**

Alkohol- und Suchterkrankungen Bad Salzungen	11
Alkohol- und Suchterkrankungen Kreuzbund e. V.	11
Allergien – „Candita“ Eisenach	12
Angehörige von demenzkranken Menschen	12
Angehörige von demenzkranken Menschen Eisenach	13
Angehörige psychisch erkrankter Menschen	13
Angehörige psychisch erkrankter Menschen Eisenach	14
Angehörigengruppe depressiv Erkrankter	14
„Chronisch entzündliche Darmerkrankungen“ CED	15
Darmkrebs – Deutsche ILCO-Gruppe Suhl	15
Darmkrebs und Stomaträger Bad Salzungen	16
Darmkrebs und Stomaträger Eisenach	16
Depressionen Bad Salzungen	17
Depressionen/Borderline – „Gemeinsam statt einsam“	17
Diabetes Bad Liebenstein	17



## Inhaltsverzeichnis

Gesprächskreis Betroffene DDR-Heimerziehung	18
Herz- und Kreislauferkrankungen Bad Salzungen	18
Herz- und Kreislauferkrankungen Eisenach	19
Herzerkrankungen „Defi“ Eisenach	19
Hörschädigungen, Tinnitus und CI-Träger	20
Hörschädigungen – „Hören mit CI“ Eisenach	20
Krebserkrankungen – „Frauen nach Krebs“	21
„Lip-/ Lymphödem“ Bad Salzungen	21
Long-/Post-Covid Bad Salzungen	21
Long-/Post-Covid Eisenach	22
Mobbing	22
Morbus Parkinson Bad Liebenstein	22
Morbus Parkinson Deutsche Parkinsonvereinigung	23
Multiple Sklerose Eisenach	23
Muskelerkrankungen Bad Salzungen	24
Organtransplantierte Bad Salzungen	24
Osteoporose – „Osteoporose Eisenach 118“	25
Psychische Erkrankungen – „Seelenfreunde“	25
Psychische Erkrankungen – psych. kranker Menschen	26



## Inhaltsverzeichnis

Psychische Erkrankungen – junge Erwachsene	26
Psychische Erkrankungen – „Seelenleben“	27
Psychische Erkrankungen – „Mut zum Leben“	27
Psychische Erkrankungen – Eisenach	27
Psychische Erkrankungen – „Seelenschmerz“	28
Psychische Erkrankungen – „Lebensfreude“ Eisenach	28
Psychische Erkrankungen – „Ankerplatz“ Eisenach	29
Rheuma – Deutsche Rheuma-Liga AG Bad Salzungen	29
Rheuma – Deutsche Rheuma-Liga AG 35 Plus	30
Rheuma – Deutsche Rheuma-Liga AG Eisenach	30
Rheuma – Deutsche Rheuma-Liga AG Bad Liebenstein	31
Schlaganfall Bad Liebenstein	31
Schlaganfall Eisenach	32
Sehbehinderung BSVT Thüringen e. V. Eisenach	32
Sehbehinderung BSVT Thüringen e. V. Bad Salzungen	33
Skoliose Bad Salzungen	33
Sternchen-Eltern Rhön Bad Salzungen	34
Suchterkrankungen – Blaues Kreuz e. V.	34
Suchterkrankungen – „Neue Richtung“ Eisenach	35



## Inhaltsverzeichnis

Suchterkrankungen – Kreuzbund e. V. AG Eisenach	35
Trauer – „Trauercafé“ Bad Salzungen	36
Trauer – „Trauerpilgern“	36
Trauer – „Trauercafé Lebensmut“ Eisenach	36
Übergewicht – „Dicke Freunde“ Bad Salzungen	37
Verwaiste Eltern	37
Verwaiste Eltern Landkreis Gotha und Eisenach	38
Zöliakie und Dermatitis herpetiformis Duhring	38
Zum Schluss noch einige Worte...	39

**Die einzige und ehrlichste Hilfe,  
ist die Hilfe zur Selbsthilfe!**

(Alfred Selacher)

## Neue Selbsthilfegruppen im Wartburgkreis:

Die Selbsthilfekontaktstelle des Wartburgkreises ist auf der Suche nach Menschen, die Mitglied in einer Selbsthilfegruppe werden möchten oder eine neue Selbsthilfegruppe zu folgenden Themen gründen möchten:

- ADHS (bei Kindern)
- Adoption als Kind
- Allergien
- Angehörige von queeren Kindern und Jugendlichen
- Angehörige von Kindern mit Autismus-Spektrumsstörungen (ASS)
- Angehörige von pflegebedürftigen Menschen
- Arthrose
- Dialyse
- Einsamkeit
- Essstörungen
- Polyneuropathie (PNP)



Wenden Sie sich gerne an die Selbsthilfekontaktstelle (Kontakt Daten siehe Seite 9), wenn Sie gleichgesinnte Menschen treffen, sich austauschen und Gemeinschaft erleben möchten. Zusammen sein hilft – probieren Sie es aus!

# Selbsthilfegruppen

## Mit anderen zusammenkommen

In Selbsthilfegruppen schließen sich Menschen mit einem gemeinsamen Problem oder einer gemeinsamen Erkrankung zusammen. Sie verstehen, helfen und stärken sich gegenseitig und werden zusammen aktiv.

„Selbsthilfegruppen sind freiwillige, meist lose Zusammenschlüsse von Menschen, deren Aktivitäten sich auf die gemeinsame Bewältigung von Krankheiten, psychischen oder sozialen Problemen richten, von denen sie - entweder selber oder als Angehörige - betroffen sind.“

(Fachverband Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen e. V.).

Die Mitarbeit in einer Selbsthilfegruppe trägt zur Krankheitsbewältigung und Problemlösung bei und bietet somit nicht nur für Betroffene, sondern auch für Angehörige Unterstützung.

## Die betroffenen Menschen können in den Selbsthilfegruppen...

- miteinander ins Gespräch kommen
- sich gegenseitig helfen und Informationen austauschen
- gemeinsam neue Wege zur Problembewältigung finden
- Kontakt und Geselligkeit finden
- Gemeinsam aktiv werden und sich für ihre Interessen einsetzen

und damit auch anderen helfen.



## **Selbsthilfekontaktstelle Wartburgkreis**

Die Selbsthilfekontaktstelle des Wartburgkreises besteht seit 1997. Sie wird von der GKV Thüringen gefördert.

Ihre Aufgabe ist es, Selbsthilfe und Eigeninitiative im Sozial- und Gesundheitsbereich zu unterstützen und im Kreisgebiet zu koordinieren.

### **Information und Beratung u.a. über:**

- das örtliche Selbsthilfespektrum / Versorgungssystem der Region
- Fördermöglichkeiten von Selbsthilfegruppen
- Beratungs- und Fortbildungsangebote

### **Beratung und Ermutigung:**

- hilft Interessierten bei der Orientierung und Selbsterklärung Betroffener
- ermutigt zur Gruppengründung
- motiviert zum Selbsthilfe-Engagement u. w.

### **Kontakt und Zugangswege:**

- Vermittlung Betroffener zu Selbsthilfegruppen
- Austausch und Vernetzung Einzelner
- Öffentlichkeitsarbeit u.v.m.

## Selbsthilfegruppen im Wartburgkreis

Dieser Wegweiser bietet Ihnen einen Überblick über alle bestehenden Selbsthilfegruppen des Wartburgkreises.



Wenn Sie Interesse an der Mitarbeit in einer der folgend dargestellten Gruppen haben, kontaktieren Sie bitte den bei der jeweiligen Selbsthilfegruppe angegebenen Ansprechpartner oder die Selbsthilfekontaktstelle.

## **Selbsthilfegruppen im Wartburgkreis**

### **Alkohol- und Suchterkrankungen Bad Salzungen Selbsthilfegruppe „Bad Salzunger Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe“**

Jeder, der Probleme mit Alkohol oder illegalen Drogen hat, ist bei uns willkommen. Auch die Angehörigen von Betroffenen können an unseren Gruppenstunden teilnehmen. Zusammen ist es unser Ziel, das alle Gruppenmitglieder abstinent bzw. clean bleiben. Das erreichen wir durch offene und ehrliche Diskussionen im geschützten Raum. Dabei spielen fachliche als auch andere Themen eine Rolle.

#### **Kontakt:**

Burkhardt Hollenbach

Telefon: 036964 / 95668 oder 0172 / 3469558

---

### **Alkohol- und Suchterkrankungen Selbsthilfegruppe Kreuzbund e. V. Vacha für Suchtkranke und Angehörige**

Für Betroffene und Angehörige

#### **Kontakt:**

Über die Selbsthilfekontaktstelle Wartburgkreis

Telefon: 03695 / 617419

E-Mail: [maike.schmidt@wartburgkreis.de](mailto:maike.schmidt@wartburgkreis.de)

## Selbsthilfegruppen im Wartburgkreis

### Allergien – Selbsthilfegruppe „Candita“ Eisenach

Für Betroffene und Angehörige mit Allergien.

#### Kontakt:

Über die Selbsthilfekontaktstelle Wartburgkreis

Telefon: 03695 / 617419

E-Mail: [maike.schmidt@wartburgkreis.de](mailto:maike.schmidt@wartburgkreis.de)

---

### Selbsthilfegruppe „Angehörige von demenkranken Menschen“ Bad Salzungen

Einmal monatlich finden sich Betroffene, Angehörige sowie Interessierte zur Gesprächsrunde bzw. Erfahrungsaustausch zusammen, um Informationen zum Krankheitsbild zu erhalten. Zentrale Themen sind sowohl der Umgang mit der Erkrankung und den Betroffenen, als auch direkte und praktische Hilfestellungen im Alltag.

#### Kontakt:

Karina Schmidt

Telefon: 0174 / 4719953

E-Mail: [tagesstaette-herbstsonne@sozialwerk-thueringen.de](mailto:tagesstaette-herbstsonne@sozialwerk-thueringen.de)





## Selbsthilfegruppen im Wartburgkreis

### Selbsthilfegruppe „Café Auszeit“ Eisenach

Es wird ein an Demenz erkrankter Angehöriger gepflegt oder man kennt jemanden, der die Pflege übernimmt? Dies kann manchmal ziemlich kräftezehrend und anstrengend sein. Häufig hat man auch das Gefühl von Einsamkeit... Wir rücken näher zusammen und bieten einmal monatlich das Café Auszeit im Nachbarschaftszentrum Eisenach für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz an.

#### Kontakt:

Jana Steiner

Über die Selbsthilfekontaktstelle Wartburgkreis

Telefon: 03695 / 617419

E-Mail: [maike.schmidt@wartburgkreis.de](mailto:maike.schmidt@wartburgkreis.de)



---

### Selbsthilfegruppe „Angehörige von psychisch erkrankten Menschen“ Bad Salzungen

Für Angehörige von Menschen mit psychischen Erkrankungen.

#### Kontakt:

Über den Sozialpsychiatrischen Dienst

Telefon: 03695 / 617485

E-Mail: [gesundheitsamt@wartburgkreis.de](mailto:gesundheitsamt@wartburgkreis.de)

## Selbsthilfegruppen im Wartburgkreis

### Selbsthilfegruppe „Angehörige von psychisch erkrankten Menschen“ Eisenach

Regelmäßiger Erfahrungs- und Informationsaustausch in vertrauensvoller Umgebung, gegenseitige Hilfe und Unterstützung im Zusammenleben mit psychisch kranken Familienmitgliedern.

#### Kontakt:

Über den Sozialpsychiatrischen Dienst

Telefon: 03695 / 617481

E-Mail: [gesundheitsamt@wartburgkreis.de](mailto:gesundheitsamt@wartburgkreis.de)

---

### Angehörigengruppe depressiv Erkrankter

Ziel ist es, miteinander ins Gespräch und in den Erfahrungsaustausch zu kommen.

Wir bitten um vorherige Anmeldung.

#### Kontakt:

Tagesklinik für Psychiatrie / Psychotherapie und Psychosomatik, St. Georg Klinik Eisenach

Telefon: 03691/6981901





## **Selbsthilfegruppen im Wartburgkreis**

### **Selbsthilfegruppe „Chronisch entzündliche Darmerkrankungen“ Wartburgkreis / Schmalkalden-Meinigen / Hersfeld-Rotenburg**

Beratung der Betroffenen mit einer chronisch entzündlichen Darmerkrankung (CED) ist eine Hauptaufgabe der Selbsthilfegruppe. Gerade bei CED gleicht kein Krankheitsverlauf dem anderen. Deshalb sind gründliche Untersuchungen durch eine\*n in CED erfahrene\*n Expert\*in so wichtig.

#### **Kontakt:**

Stefanie Gorzize

Telefon: 036964 / 83365 oder 0151 / 51078492

E-Mail: stefanie.gorzize@t-online.de

---

### **Selbsthilfegruppe Darmkrebs Deutsche ILCO-Gruppe Suhl**

Selbsthilfegruppe für Stomaträger und Angehörige. Wir bieten einen Besuchsdienst in Akut- und Rehakliniken, informieren über Broschüren, halten Vorträge, stellen einen ILCO-Informationsstand nach Anlass und Aufforderung zur Verfügung.

#### **Kontakt:**

Michael Zill

Telefon: 03681 / 761090

## Selbsthilfegruppen im Wartburgkreis

### Selbsthilfegruppe „Darmkrebserkrankungen und Stomaträger“ Bad Salzungen

Betroffene treffen sich regelmäßig zum Erfahrungsaustausch, für gemeinsame Unternehmungen (Kino, Kegeln usw.) und gemütliches Beisammensein.

#### Kontakt:

Volkmar Schirmer  
Telefon: 036962 / 20698

---

### Selbsthilfegruppe „Darmkrebserkrankungen und Stomaträger“ Eisenach

Unterstützung bei Problemen und Austausch von Informationen. Durch Gespräche werden gemeinsam Wege zur Problembewältigung gefunden, durch Aktivitäten wird die Krankheit auch mal vergessen. Zusammenarbeit mit dem Klinikum Eisenach und verschiedenen Sanitätshäusern (Vorträge, Vorstellen von neuen Hilfsmitteln usw.)

#### Kontakt:

Friedbert Freund  
Telefon: 03691 / 8886197 oder 0171 / 8902801  
E-Mail: friedbertfreund248@gmail.com





## **Selbsthilfegruppen im Wartburgkreis**

### **Selbsthilfegruppe „Depressionen“ Bad Salzungen**

Für Menschen mit Depressionen.

#### **Kontakt:**

Über den Sozialpsychiatrischen Dienst

Telefon: 03695 / 617404

E-Mail: [gesundheitsamt@wartburgkreis.de](mailto:gesundheitsamt@wartburgkreis.de)

---

### **Selbsthilfegruppe Depressionen / Borderline „Gemeinsam statt einsam“**

Ziele unserer Selbsthilfegruppe: Austausch, gegenseitige Hilfe, ggfs. private Ausflüge für Betroffene.

#### **Kontakt:**

Über die Selbsthilfekontaktstelle Wartburgkreis

Telefon: 03695 / 617419

E-Mail: [maike.schmidt@wartburgkreis.de](mailto:maike.schmidt@wartburgkreis.de)

---

### **Selbsthilfegruppe „Diabetes“ Bad Liebenstein**

Wir sind eine Selbsthilfegruppe für Menschen mit Diabetes mellitus Typ 1 und Typ 2. Es finden regelmäßige Treffen mit Erfahrungsaustausch und Gruppengesprächen sowie Vorträge durch ärztliche und therapeutische Referenten.

#### **Kontakt:**

Carina Förster, Ramona Trautvetter

Telefon: 0160 / 94130814



## **Selbsthilfegruppen im Wartburgkreis**

### **Gesprächskreis „Betroffene der DDR-Heimerziehung“ Eisenach**

Für Betroffene und Angehörige.

#### **Kontakt:**

Über die Selbsthilfekontaktstelle Wartburgkreis

Telefon: 03695 / 617419

E-Mail: [maike.schmidt@wartburgkreis.de](mailto:maike.schmidt@wartburgkreis.de)

---

### **Selbsthilfegruppe Herz- und Kreislaufkrankungen „Gesprächskreis Herz“ Bad Salzungen**

Wir sind eine Gruppe von Betroffenen und deren Angehörigen, die sich regelmäßig treffen und Erfahrungen im täglichen Umgang mit unseren Herzerkrankungen austauschen. Wir besuchen Fachvorträge, aber verbringen auch gemeinsam fröhliche Stunden.

#### **Kontakt:**

Ute Römhild

Telefon: 03695 / 605844 oder 0172 / 7712490

E-Mail: [ute.roemhild@gmx.de](mailto:ute.roemhild@gmx.de)



## **Selbsthilfegruppen im Wartburgkreis**

### **Selbsthilfegruppe Herz- und Kreislauf- erkrankungen „Gesprächskreis Herz“ Eisenach**

Wir sind eine Gruppe von Betroffenen und deren Angehörigen, die sich regelmäßig treffen und Erfahrungen im täglichen Umgang mit unseren Herzerkrankungen austauschen. Wir besuchen Fachvorträge, aber verbringen auch gemeinsam fröhliche Stunden.

#### **Kontakt:**

Ursula Kellner

Telefon: 036926 / 98710 oder 0160 / 7753386

E-Mail: ursula-kellner@t-online.de

---

### **Selbsthilfegruppe Herzerkrankungen „Defi“ Eisenach**

Wir sind eine Gruppe von Betroffenen und deren Angehörigen, die sich regelmäßig treffen und Erfahrungen im täglichen Umgang mit unserem "Notarzt" austauschen. Probleme wie Angstbewältigung, Medikamente und Medizintechnik stehen im Mittelpunkt. Kompetente Ansprechpartner stehen zur Verfügung. Gemeinsame Unternehmungen werden eingeplant.

#### **Kontakt:**

Dieter Jochmann

Telefon: 0171 / 5311626

E-Mail: athlon1240@outlook.de



## Selbsthilfegruppen im Wartburgkreis

### Selbsthilfegruppe Hörschädigungen, Tinnitus und CI-Träger Bad Salzungen

Angebote für Betroffene und Angehörige: Gespräche, Informationsaustausch, Veranstaltungen.

#### Kontakt:

Über die Selbsthilfekontaktstelle Wartburgkreis  
Telefon: 03695 / 617419  
E-Mail: [maike.schmidt@wartburgkreis.de](mailto:maike.schmidt@wartburgkreis.de)

---



### Selbsthilfegruppe Hörschädigungen „Hören mit CI“ Eisenach

Alle können zu uns kommen, die als Hörbehinderte (oder Angehörige) Unterstützung und Rat von Gleich-Betroffenen suchen. Jede und jeder kann so oft kommen, wie sie oder er es für nötig hält, und sich mit Anregungen und Aktionen beteiligen.

#### Kontakt:

Über die Selbsthilfekontaktstelle Wartburgkreis oder  
E-Mail: [schwerhoerige-eisenach.info@web.de](mailto:schwerhoerige-eisenach.info@web.de)

## Selbsthilfegruppen im Wartburgkreis

### Selbsthilfegruppe Krebserkrankungen „Frauen nach Krebs“ Bad Salzungen

Erfahrungsaustausch für Betroffene und Angehörige.

#### **Kontakt:**

Heike Grübel  
Telefon: 03695 / 5969820

---

### Selbsthilfegruppe „Lip-/Lymphödem“ Bad Salzungen

Erfahrungsaustausch für Betroffene.

#### **Kontakt:**

Heike Hilgendorf  
Telefon: 0162 / 6543211  
E-Mail: heike.hilgendorf@gmx.de



### Selbsthilfegruppe „Long-/Post-Covid“ Bad Salzungen

Erfahrungsaustausch für Betroffene.

#### **Kontakt:**

Über die Selbsthilfekontaktstelle Wartburgkreis  
Telefon: 03695 / 617419  
E-Mail: maike.schmidt@wartburgkreis.de



## Selbsthilfegruppen im Wartburgkreis

### Selbsthilfegruppe „Long-/Post-Covid“ Eisenach

Erfahrungsaustausch für Betroffene.

#### **Kontakt:**

Über die Selbsthilfekontaktstelle Wartburgkreis

Telefon: 03695 / 617419

E-Mail: [maike.schmidt@wartburgkreis.de](mailto:maike.schmidt@wartburgkreis.de)

---

### Selbsthilfegruppe „Mobbing“

Erfahrungsaustausch für Betroffene und Angehörige.

#### **Kontakt:**

Über die Selbsthilfekontaktstelle Wartburgkreis

Telefon: 03695 / 617419

E-Mail: [maike.schmidt@wartburgkreis.de](mailto:maike.schmidt@wartburgkreis.de) oder  
[mobbing-selbsthilfe-wiesbaden@gmx.de](mailto:mobbing-selbsthilfe-wiesbaden@gmx.de)

---

### Selbsthilfegruppe „Morbus Parkinson“ Bad Liebenstein

Angebote für Betroffene und Angehörige:  
Erfahrungsaustausch, Wissensvermittlung, Hilfe bei  
Alltagsproblemen oder Arztsuche.

#### **Kontakt:**

Über die Selbsthilfekontaktstelle Wartburgkreis

Telefon: 03695 / 617419

E-Mail: [maike.schmidt@wartburgkreis.de](mailto:maike.schmidt@wartburgkreis.de)

## Selbsthilfegruppen im Wartburgkreis

### Regionalgruppe der Deutschen Parkinsonvereinigung Eisenach

Die Selbsthilfegruppe bietet nicht nur emotionale Unterstützung, sondern auch praktische Tipps, um den Alltag mit der Krankheit besser zu gestalten. Betroffene sind herzlich eingeladen, sich der Gruppe anzuschließen und von den Erfahrungen anderer zu profitieren. Angebote: Beratungsangebot, Tischtennis.

#### Kontakt:

Über die Selbsthilfekontaktstelle Wartburgkreis

Telefon: 03695 / 617419

E-Mail: [maike.schmidt@wartburgkreis.de](mailto:maike.schmidt@wartburgkreis.de)



### Selbsthilfegruppe „Multiple Sklerose“ Eisenach

Angebote für Menschen mit MS und Angehörige: Monatliche Treffen mit Erfahrungsaustausch, Vorträge zur MS-Erkrankung, Beratung bezüglich Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht.

#### Kontakt:

Über die Selbsthilfekontaktstelle Wartburgkreis

Telefon: 03695 / 617419

E-Mail: [maike.schmidt@wartburgkreis.de](mailto:maike.schmidt@wartburgkreis.de)



## **Selbsthilfegruppen im Wartburgkreis**

### **Selbsthilfegruppe für Muskelerkrankungen Bad Salzungen**

Erfahrungsaustausch für Betroffene.

#### **Kontakt:**

Über die Selbsthilfekontaktstelle Wartburgkreis

Telefon: 03695 / 617419

E-Mail: [maike.schmidt@wartburgkreis.de](mailto:maike.schmidt@wartburgkreis.de)

---

### **Selbsthilfegruppe „Organtransplantierte“ Bad Salzungen**

Selbsthilfegruppe für Betroffene und Angehörige  
„Uns wurde ein neues Leben geschenkt. Deshalb versuchen wir verstärkt Menschen zu erreichen und aufzuklären, wie wichtig Organspende ist. Wir machen uns für diejenigen stark, die auf Wartelisten stehen. Unser Ziel ist, wieder viele junge Menschen zu erreichen und zu informieren. Mit Betroffenen / Angehörigen sprechen wir über dieses sensible Thema.“

#### **Kontakt:**

Über die Selbsthilfekontaktstelle Wartburgkreis

Telefon: 03695 / 617419

E-Mail: [maike.schmidt@wartburgkreis.de](mailto:maike.schmidt@wartburgkreis.de)

## **Selbsthilfegruppen im Wartburgkreis**

### **Selbsthilfegruppe „Osteoporose 118“ Eisenach**

Unser Hauptanliegen als Osteoporose-Betroffene ist, recht lange die Mobilität zu erhalten. Dies erreichen wir durch gezielte, regelmäßige Bewegung. Wir bieten wöchentlich 1x Trockengymnastik und 1x Wassergymnastik je nach Verordnung an.

#### **Kontakt:**

Über die Selbsthilfekontaktstelle Wartburgkreis

Telefon: 03695 / 617419

E-Mail: [maike.schmidt@wartburgkreis.de](mailto:maike.schmidt@wartburgkreis.de)

---

### **Psychische Erkrankungen Selbsthilfegruppe „Seelenfreunde“ Bad Salzungen**

Angebote für Menschen mit psychischen Erkrankungen:  
Gespräche, Informationsaustausch, Veranstaltungen.

#### **Kontakt:**

Über den Sozialpsychiatrischen Dienst

Telefon: 03695 / 617405 oder 03691 / 670460

E-Mail: [gesundheitsamt@wartburgkreis.de](mailto:gesundheitsamt@wartburgkreis.de)

## Selbsthilfegruppen im Wartburgkreis

### Selbsthilfegruppe „Psychisch kranker Menschen“ Bad Salzungen

Für Menschen mit psychischen Erkrankungen.

#### **Kontakt:**

Über den Sozialpsychiatrischen Dienst

Telefon: 03695 / 617416

E-Mail: [gesundheitsamt@wartburgkreis.de](mailto:gesundheitsamt@wartburgkreis.de)

---

### Psychische Erkrankungen Selbsthilfegruppe für psychisch belastete / erkrankte junge Erwachsene Bad Salzungen

Austausch über Krankheitsbilder, Behandlungserfahrungen, alltägliche Probleme für Menschen mit psychischen Erkrankungen.

#### **Kontakt:**

Über den Sozialpsychiatrischen Dienst

Telefon: 03695 / 617444

E-Mail: [gesundheitsamt@wartburgkreis.de](mailto:gesundheitsamt@wartburgkreis.de)





## **Selbsthilfegruppen im Wartburgkreis**

### **Psychische Erkrankungen Selbsthilfegruppe „Seelenleben“ Bad Salzungen**

Für Menschen mit Depressionen, Angst- und Panikstörungen.

#### **Kontakt:**

Über den Sozialpsychiatrischen Dienst

Telefon: 03695 / 617403

E-Mail: [gesundheitsamt@wartburgkreis.de](mailto:gesundheitsamt@wartburgkreis.de)

---

### **Psychische Erkrankungen Selbsthilfegruppe „Mut zum Leben“ Eisenach**

Für Menschen mit psychischen Erkrankungen

#### **Kontakt:**

Über die Selbsthilfekontaktstelle Wartburgkreis

Telefon: 03695 / 617419

E-Mail: [maike.schmidt@wartburgkreis.de](mailto:maike.schmidt@wartburgkreis.de)

---

### **Psychische Erkrankungen Selbsthilfegruppe Eisenach**

Für Menschen mit psychischen Erkrankungen

#### **Kontakt:**

Über den Sozialpsychiatrischen Dienst

Telefon: 03695 / 617465

E-Mail: [gesundheitsamt@wartburgkreis.de](mailto:gesundheitsamt@wartburgkreis.de)



## **Selbsthilfegruppen im Wartburgkreis**

### **Selbsthilfegruppe „Seelenschmerz“ Eisenach**

Für Menschen mit Depressionen, Angst-, Panik- oder psychosomatischen Störungen. Ziel der Gruppe ist, wieder halbwegs am normalen Leben teilzuhaben, sodass kein Klinikaufenthalt notwendig ist. Wir versuchen, an vielen Aktivitäten teilzunehmen, um selbstbewusster zu werden und Angst abzubauen. Wir üben durch Fahrten und Veranstaltungen gegen Panik vorzugehen.

#### **Kontakt:**

Über die Selbsthilfekontaktstelle Wartburgkreis

Telefon: 03695 / 617419

E-Mail: [maike.schmidt@wartburgkreis.de](mailto:maike.schmidt@wartburgkreis.de)

---

### **Psychische Erkrankungen Selbsthilfegruppe „Lebensfreude“ Eisenach**

Selbsthilfegruppe für Menschen mit seelischen und psychischen Erkrankungen. Angebote: Förderung des Selbstgedanken für Betroffene und Angehörige, gegenseitige Unterstützung durch Erfahrungsaustausch, Aufklärung und Information über Therapie- und Heilmethoden, Vorbeugung gegen Rückfälle, Krisenhilfe, Information über Patientenrechte und Hilfestellung.

#### **Kontakt:**

Matthias Krieg

Telefon: 03622 / 208789 oder 0170 / 8858523

E-Mail: [lebensfreude-ESA@t-online.de](mailto:lebensfreude-ESA@t-online.de)



## Selbsthilfegruppen im Wartburgkreis

### Psychische Erkrankungen Selbsthilfegruppe „Ankerplatz“ Eisenach

Selbsthilfegruppe für junge Erwachsene im Alter zwischen ca. 20 und 45 Jahren, die mit psychischen oder seelischen Belastungen leben.

#### Kontakt:

Über die Selbsthilfekontaktstelle Wartburgkreis

Telefon: 03695 / 617419

E-Mail: [maike.schmidt@wartburgkreis.de](mailto:maike.schmidt@wartburgkreis.de) oder

Instagram: SHG.Ankerplatz.wak

---

### Rheuma Selbsthilfegruppe „Deutsche Rheuma- Liga Thüringen e. V. – AG Bad Salzungen“

Die AG besteht aus verschiedenen Gruppen, die an unterschiedlichen Örtlichkeiten Funktionstraining im Wasser für Menschen mit Rheuma durchführen. Weiterhin besteht die Gruppe „Rhythmische Bewegung“. Beratungen für Rheumatiker finden statt.

#### Kontakt:

Über die Selbsthilfekontaktstelle Wartburgkreis

Telefon: 03695 / 617419

E-Mail: [maike.schmidt@wartburgkreis.de](mailto:maike.schmidt@wartburgkreis.de)





## Selbsthilfegruppen im Wartburgkreis

### Rheuma Selbsthilfegruppe „Deutsche Rheuma-Liga Thüringen e. V. – AG 35 Plus“

Die Gruppe besteht aus Betroffenen aus dem Rheumatischen Formenkreis und ihren Angehörigen. Die Mitglieder sind aus ganz Thüringen, wir sind offen für neue Mitglieder.

#### **Kontakt:**

Cornelia Apelt

Telefon: 036922 / 20716

E-Mail: [info-35@rheumaliga-thueringen.de](mailto:info-35@rheumaliga-thueringen.de)

---

### Rheuma Selbsthilfegruppe „Deutsche Rheuma-Liga Thüringen e. V. – AG Eisenach“

Unsere Selbsthilfegruppe hat spezielle Angebote für Betroffene mit Erkrankungen aus dem rheumatischen Formenkreis: Trockengymnastik unter Anleitung von Physiotherapeuten, rhythmische Bewegung, Asiatische Bewegung (Form des Thai Chi). Unser Motto ist Beratung, Betreuung, Bewegung und Begegnung.

#### **Kontakt:**

Dietlind Hensen

Telefon: 03691 / 610549 oder 0176 / 65677210

E-Mail: [dietlind.hensen@rheumaliga-thueringen.de](mailto:dietlind.hensen@rheumaliga-thueringen.de)



## **Selbsthilfegruppen im Wartburgkreis**

### **Rheuma Selbsthilfegruppe „Deutsche Rheuma-Liga Thüringen e. V. – AG Bad Liebenstein“**

Angebote der Selbsthilfegruppe für Betroffene mit Rheuma, Arthrose, Osteoporose, Fibromyalgie oder chronischer Wirbelsäulenerkrankung: Funktionstraining, Wasser- / Trockengymnastik, rhythmische Bewegung, Rheumatreffs, Beratung.

#### **Kontakt:**

Kerstin Schruppf

Telefon: 0159 / 06301068

E-Mail: [info-bali@rheumaliga-thueringen.de](mailto:info-bali@rheumaliga-thueringen.de)

---

### **Selbsthilfegruppe „Schlaganfall“ Bad Liebenstein**

Die Selbsthilfegruppe für Betroffene und Angehörige trifft sich einmal im Monat an unterschiedlichen Orten im Einzugsgebiet zwischen Empfertshausen bis Wutha-Farnroda.

#### **Kontakt:**

Über die Selbsthilfekontaktstelle Wartburgkreis

Telefon: 03695 / 617419

E-Mail: [maike.schmidt@wartburgkreis.de](mailto:maike.schmidt@wartburgkreis.de)

## **Selbsthilfegruppen im Wartburgkreis**

### **Selbsthilfegruppe „Schlaganfall“ Eisenach**

Der Austausch mit anderen Betroffenen in einer Selbsthilfegruppe kann sehr hilfreich sein. Wir tauschen uns über den Umgang mit der veränderten Lebenssituation aus, teilen unsere Erfahrungen mit Hilfsmitteln und Hilfsangeboten, wir reden über Akzeptanz der Erkrankung und die Möglichkeit der Alltagsbewältigung. Oft bleiben dauerhafte Beeinträchtigungen wie Lähmungen und / oder Sprachstörungen zurück. Die Eigenständigkeit schwindet und die Abhängigkeit wächst.

#### **Kontakt:**

Kornelia Bode

Telefon: 03691 / 216694

Homepage: [www.schlaganfall-selbsthilfegruppe-eisenach.de](http://www.schlaganfall-selbsthilfegruppe-eisenach.de)

---

### **Sehbehinderung**

#### **Blinden- und Sehbehindertenverband Thüringen e. V. Kreisorganisation Eisenach**

Die Kernaufgabe in der Selbsthilfe besteht darin, dass blinde und sehbehinderte Menschen wieder in der Lage sind, ihren Alltag selbstständig zu gestalten.

#### **Kontakt:**

Über die Selbsthilfekontaktstelle Wartburgkreis

Telefon: 03695 / 617419

E-Mail: [maike.schmidt@wartburgkreis.de](mailto:maike.schmidt@wartburgkreis.de)



## Selbsthilfegruppen im Wartburgkreis

### Sehbehinderung

#### Blinden- und Sehbehindertenverband Thüringen e. V. Kreisorganisation Bad Salzungen

Gemeinsame Treffen, Unternehmungen und Projekte für Menschen mit Sehbehinderungen und Angehörige.

#### Kontakt:

Rolf August

E-Mail: [bsvtbasa@outlook.de](mailto:bsvtbasa@outlook.de)



---

### Selbsthilfegruppe „Skoliose“ Bad Salzungen

Unsere Selbsthilfegruppe ist für alle Altersklassen geeignet, die an Skoliose leiden und krankentherapeutische Hilfe suchen. Wir treffen uns einmal pro Woche unter fachlicher Kontrolle zur Krankengymnastik und bieten gemeinsame Unternehmungen an.

#### Kontakt:

Wilhelm-Ernst Kühn

E-Mail: [skoliose.shg.basa@web.de](mailto:skoliose.shg.basa@web.de)



## **Selbsthilfegruppen im Wartburgkreis**

### **Selbsthilfegruppe „Sternchen Eltern Rhön Bad Salzungen“**

Ansprechpartner für Eltern und Angehörige nach Verlust von Kindern in der Schwangerschaft und kurz nach der Geburt. Bei Bedarf können auch Gruppentreffen organisiert werden, aber meist ist individueller Einzelkontakt gewünscht. Es gibt zusätzlich eine geschlossene Facebook-Gruppe zum Austausch untereinander.

#### **Kontakt:**

Carolin Semmelroth

Telefon: 0175 / 8520334

E-Mail: [sterncheneltern-rhoen@web.de](mailto:sterncheneltern-rhoen@web.de) oder  
[www.facebook.com/Sterncheneltern](http://www.facebook.com/Sterncheneltern)

---

### **Suchterkrankungen Blaues Kreuz in Deutschland e. V. Begegnungsgruppe Bad Salzungen**

Unsere Gruppe arbeitet auf dem Gebiet der Suchtbewältigung und -aufarbeitung für betroffene Menschen und deren Angehörige. Im christlichen Sinne bieten wir Hilfe und Unterstützung an für jeden, der sich auf den Weg macht, seinem Leben eine neue Richtung zu geben.

#### **Kontakt:**

Heiko Goschala

Telefon: 03695 / 602039

E-Mail: [bad-salzungen@blaues-kreuz.de](mailto:bad-salzungen@blaues-kreuz.de)

## Selbsthilfegruppen im Wartburgkreis

### Suchterkrankungen Selbsthilfegruppe „Neue Richtung“ Eisenach

Angebote der Selbsthilfegruppe für Betroffene und Angehörige: Gruppenstunde, Gespräche – evtl. Weiterleitung zur Suchtberatung, Lotsentätigkeit.

#### Kontakt:

Arno Wiedemann

E-Mail: [arnowiedemann@yahoo.de](mailto:arnowiedemann@yahoo.de)

---

### Suchterkrankungen Selbsthilfegruppe Kreuzbund e. V. für Suchtkranke und Angehörige Eisenach

Selbsthilfegruppe für Betroffene und Angehörige von Suchterkrankungen ohne konfessionelle oder nationale Einschränkungen.

#### Kontakt:

Sascha Hövelborn

Telefon: 0171 / 4110741

E-Mail: [sascha.hoewelborn@kreuzbund-dv-erfurt.de](mailto:sascha.hoewelborn@kreuzbund-dv-erfurt.de)



## Selbsthilfegruppen im Wartburgkreis

### Trauer „Trauercafé“ Bad Salzungen

Hilfen zur Trauerbewältigung für Betroffene und Angehörige, trauernde Personen. „Mit der Trauer leben lernen“.

#### **Kontakt:**

Bärbel Weyh  
Telefon: 03695 / 5969850

---

### Trauer „Trauerpilgern“ Bad Salzungen

Die Selbsthilfegruppe Trauerpilgern dient der Trauerbewältigung. Trauernde haben die Möglichkeit, gemeinsame Zeit zu verbringen und sich auszutauschen. Sie werden angeleitet durch Trauerbegleiter und Trauerbegleiterinnen.

#### **Kontakt:**

Christine Iffland  
Telefon: 03695 / 5969850  
E-Mail: [info@hospiz-badsalzungen.de](mailto:info@hospiz-badsalzungen.de)

---

### Trauer „Trauercafé Lebensmut“ Eisenach

Für Eltern minderjähriger Kinder, die ihren Partner verloren haben.

#### **Kontakt:**

Über die Selbsthilfekontaktstelle Wartburgkreis

Telefon: 03695 / 617419  
E-Mail: [maike.schmidt@wartburgkreis.de](mailto:maike.schmidt@wartburgkreis.de)



## **Selbsthilfegruppen im Wartburgkreis**

### **Übergewicht Selbsthilfegruppe „Dicke Freunde“ Bad Salzungen**

Wir sind eine Gruppe aus Betroffenen und Angehörigen. Zu den Zielen und Aufgaben unserer Selbsthilfegruppe zählen die Verbesserung unserer Lebensqualität, Austausch von Erfahrungen, gegenseitige Hilfe sowie die Aufklärungsarbeit. Wir informieren uns über inhaltliche Themen zu unserem Krankheitsbild (z. B. Ernährungsberatung, psychologische Fragestellungen), besuchen und organisieren Fachvorträge, Wanderungen, gesellige Zusammenkünfte und Gesprächsrunden.

#### **Kontakt:**

Susanne Schaft

Telefon: 0172 / 6763616

E-Mail: susanne.schaft@freenet.de

---

### **Selbsthilfegruppe „Verwaiste Eltern“ Bad Salzungen**

Für Angehörige

#### **Kontakt:**

Über die Selbsthilfekontaktstelle Wartburgkreis

Telefon: 03695 / 617419

E-Mail: maike.schmidt@wartburgkreis.de



## **Selbsthilfegruppen im Wartburgkreis**

### **Selbsthilfegruppe für verwaiste Eltern im Landkreis Gotha und Eisenach „Warum wir?“**

Unsere Erfahrung hat gezeigt, dass man sich besonders mit Eltern verbunden fühlt, die ein ähnliches Schicksal haben, ähnlicher Unfall, gleiches Alter des Kindes usw. Sie können allein oder mit Partner kommen und in der Gruppe einfach zuhören oder sich einbringen und über Ihr Kind sprechen. Die Teilnahme an den Treffen ist so lange möglich, wie Sie es wünschen.

#### **Kontakt:**

Gabriele Bachmann

Telefon: 036256 21530 oder 01578 9028203

E-Mail: gabibrachmann@aol.com

<http://www.warum-wir.de/warumwir2/>

---

### **Selbsthilfegruppe „Zöliakie und Dermatitis herpetiformis Duhring“**

Angebote der Selbsthilfegruppe für Betroffene und Angehörige: Stammtischtreffen, Austausch über neue Rezepte / Produkte / Probleme bei glutenfreier Ernährung zu Hause und bei Außerhaus-Verpflegung (KiTa, Schule, Krankenhaus, Hotel, Restaurant...), Koch- und Backkurse, Beratung Neu-Betroffener, Grillfest mit glutenfreiem Buffet, Weihnachts- und Osterfeier, Besuch glutenfreies Oktoberfest, Welt-Zöliakietag usw.

#### **Kontakt:**

Nadine Henterich-Schreck

E-Mail: [glutenfrei-wartburgregion@](mailto:glutenfrei-wartburgregion@kp-dzg-online.de)

[kp-dzg-online.de](mailto:kp-dzg-online.de)

## Zum Schluss noch einige Worte...

Ist Ihre Selbsthilfegruppe (noch) nicht in dieser Broschüre aufgeführt oder hat sich Ihre Gruppe aufgelöst?

Möchten Sie eine Selbsthilfegruppe gründen, wissen aber nicht wie?

Benötigen Sie Unterstützung im Gründungsprozess, bei der Öffentlichkeitsarbeit oder der Umsetzung einer Veranstaltung etc. Ihrer Gruppe?

Möchten Sie Mitglied in einer Selbsthilfegruppe werden?



Die Selbsthilfekontaktstelle des Wartburgkreises steht bei Fragen, Wünschen und Anregungen gerne zur Verfügung.

## Selbsthilfekontaktstelle des Wartburgkreises

Landratsamt Wartburgkreis  
Maike Schmidt  
Erzberger Allee 14  
36433 Bad Salzungen

**Telefon:** 03695 / 617419  
**Fax:** 03695 / 617499  
**E-Mail:** maike.schmidt@wartburgkreis.de oder  
gesundheitsamt@wartburgkreis.de



### Impressum

Herausgeber: Landratsamt Wartburgkreis, Selbsthilfekontaktstelle,  
Erzberger Allee 14, 36433 Bad Salzungen | Gestaltung: Maike  
Schmidt, Landratsamt Wartburgkreis | Stand: Oktober 2025

Mit freundlicher Unterstützung der GKV Gemeinschaftsförderung Thüringen.

Arbeitskreis Selbsthilfeförderung der GKV im Freistaat Thüringen

