



# BEGEGNUNGS ZENTRUM HANAU MAIN-KINZIG

Selbsthilfe • Beratung • Workshops

## WEGWEISER

### ZU SELBSTHILFEGRUPPEN IN HANAU und UMGEBUNG

Stand:  
17. April 2024

Für die Kontaktdatenübermittlung  
setzen Sie sich bitte mit uns in Verbindung.  
Wir helfen Ihnen gerne weiter.  
Telefon: 06181/25 55 00

<b>CHRONISCHE/SOMATISCHE ERKRANKUNGEN.....</b>	<b>6</b>
Adipositas .....	6
Angehörige / Pflegende Angehörige .....	7
Aids .....	9
Aphasie .....	9
Augenerkrankungen .....	10
Autismus.....	11
Behinderungen.....	12
COVID - 19 .....	16
Chronische Schmerzen .....	18
Darmerkrankungen / Morbus Crohn.....	18
Demenz.....	20
Diabetes .....	23
Down-Syndrom .....	24
Dysmelien.....	25
Endometriose .....	25
Epilepsie .....	26
Fatigatio – Chronisches Erschöpfungssyndrom.....	26
Fibromyalgie .....	27
Gehörlosigkeit / Hörbehinderung .....	28
Herzerkrankungen.....	30
Inkontinenz.....	31
Kawasaki-Syndrom .....	31
<b>KRANKHEITEN DES NERVENSYSTEMS .....</b>	<b>32</b>
Polyneuropathie.....	32

<b>Parkinson.....</b>	<b>32</b>
<b>Restless Legs .....</b>	<b>34</b>

<b>KREBS .....</b>	<b>35</b>
--------------------	-----------

<b>Allgemein.....</b>	<b>35</b>
-----------------------	-----------

<b>Blasenkrebs .....</b>	<b>36</b>
<b>Hirntumore .....</b>	<b>37</b>
<b>Kehlkopfkrebs.....</b>	<b>38</b>
<b>Kopf-Hals-Tumore .....</b>	<b>39</b>
<b>Krebs bei Frauen .....</b>	<b>39</b>
<b>Leukämie / Hämatologische Erkrankungen .....</b>	<b>42</b>
<b>Myelom .....</b>	<b>43</b>
<b>Morbus Waldenström.....</b>	<b>44</b>
<b>Lungenkrebs.....</b>	<b>44</b>
<b>Magenkrebs / Speiseröhrenkrebs / Pankreaskrebs / Nierenkrebs .....</b>	<b>45</b>
<b>Melanome .....</b>	<b>46</b>
<b>Prostatakrebs.....</b>	<b>47</b>

<b>Lippen-Gaumen-Kiefer-Fehlbildungen .....</b>	<b>48</b>
---	-----------

<b>Lungenkrankheiten .....</b>	<b>48</b>
--------------------------------	-----------

<b>Migräne und Kopfschmerzen .....</b>	<b>51</b>
--	-----------

<b>Morbus Bechterew .....</b>	<b>51</b>
-------------------------------	-----------

<b>Multiple Sklerose .....</b>	<b>52</b>
--------------------------------	-----------

<b>Organtransplantation .....</b>	<b>54</b>
-----------------------------------	-----------

<b>Osteoporose .....</b>	<b>54</b>
--------------------------	-----------

<b>Poliomyelitis .....</b>	<b>55</b>
----------------------------	-----------

<b>Rheuma .....</b>	<b>56</b>
---------------------	-----------

<b>Schilddrüsenerkrankungen .....</b>	<b>56</b>
---------------------------------------	-----------

<b>Schlaganfall .....</b>	<b>57</b>
---------------------------	-----------

<b>Sklerodermie.....</b>	<b>59</b>
--------------------------	-----------

<b>Skoliose .....</b>	<b>59</b>
-----------------------	-----------

<b>Stottern.....</b>	<b>60</b>
----------------------	-----------

<b>Tinnitus .....</b>	<b>61</b>
-----------------------	-----------

<b>Unheilbar erkrankte Kinder.....</b>	<b>61</b>
--	-----------

<b>SUCHT / ABHÄNGIGKEIT .....</b>	<b>62</b>
Allgemein.....	62
Alkohol .....	67
Suchtberatung.....	77
Angehörige / Co-Abhängigkeit .....	80
Drogen.....	86
Essstörungen / Esssucht .....	89
Jugendliche.....	91
Medikamente.....	92
Spielsucht.....	94
<b>PSYCHISCHE PROBLEME UND ERKRANKUNGEN.....</b>	<b>95</b>
Allgemein.....	95
Beratungsstellen Psychische Probleme & Erkrankungen.....	98
Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom / Kinder, Jugendliche und Erwachsene.....	102
Angehörige von psychisch Erkrankten.....	103
Angststörungen, Panikattacken.....	107
Bipolare Störungen.....	109
Borderline.....	109
Depressionen, depressive Episoden, Burnout .....	111
Mobbing .....	115
Opfer von Narzissten.....	116
<b>BESONDERE LEBENSLAGEN .....</b>	<b>117</b>
Schwangerschaft und Geburt.....	117
Arbeitslosigkeit.....	119

<b>Gewalterfahrung / Opfer von Kriminalität.....</b>	<b>119</b>
<b>Missbrauch.....</b>	<b>123</b>
<b>Obdachlosigkeit.....</b>	<b>124</b>
<b>Sterbebegleitung .....</b>	<b>125</b>
<b>Trauer .....</b>	<b>127</b>
<b>Trennung / Scheidung.....</b>	<b>129</b>
<b>PERSONENGRUPPEN.....</b>	<b>131</b>
<b>Alleinerziehende .....</b>	<b>131</b>
<b>Eltern / verlassene Eltern .....</b>	<b>131</b>
<b>Eltern medizingeschädigter Kinder.....</b>	<b>134</b>
<b>Familien.....</b>	<b>135</b>
<b>Hochsensible Menschen .....</b>	<b>138</b>
<b>Kinder / Jugendliche.....</b>	<b>139</b>
<b>Paare .....</b>	<b>143</b>
<b>Senioren.....</b>	<b>146</b>
<b>Transidente .....</b>	<b>146</b>
<b>SELBSTHILFEKONTAKTSTELLEN IM UMLAND.....</b>	<b>148</b>

# CHRONISCHE/SOMATISCHE ERKRANKUNGEN

## Adipositas

### Overeaters Anonymous

*Selbsthilfegruppe für Menschen mit allen Formen von Essstörungen.  
Die einzige Voraussetzung für die OA-Zugehörigkeit ist der Wunsch, mit dem  
Zwanghaften Essen aufzuhören.*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig e.V.  
Kurt-Blaum-Platz 2  
634 50 Hanau

Termine: jeder Mittwoch 18:00 – 19:30 Uhr

---

### Adipositas Selbsthilfegruppe Hanau

*Selbsthilfegruppe für von Adipositas Betroffene.  
In der Selbsthilfegruppe geht es um das Thema Adipositas, um den Alltag, Begleit-  
erkrankungen, Diäten-Wahnsinn, (überholte) Schönheitsideale, Body-Positivity, Bo-  
dyshaming, bariatrische Operation, Wiederherstellungs -OP usw...  
Gruppe tauscht sich zu den Themen aus, die Teilnehmer und Teilnehmerin gerade  
bewegen, geben sich gegenseitig Unterstützung und Tipps.*

Klinikum Hanau  
Konferenzraum 115, 5 OG, HB-Gebäude  
Leimenstr.20  
63450 Hanau

Termine: einmal Monatlich, am letzten Donnerstag im Monat um 18Uhr  
Eine Anmeldung ist nicht notwendig.

Termine sind auch den Social-Media-Accounts zu entnehmen:

Instagram : [adipositas.shg.hanau](https://www.instagram.com/adipositas.shg.hanau)

Email: [adipositas.shg.hanau@gmx.de](mailto:adipositas.shg.hanau@gmx.de)

## **Adipositas Selbsthilfegruppe Gelnhausen**

*Die Adipositas Selbsthilfegruppe Gelnhausen und Umgebung hat zum Ziel, dass sich Betroffene einmal im Monat austauschen können. Willkommen sind alle, die von Adipositas betroffen sind und sich informieren wollen. Angehörige sind jederzeit willkommen. Die Gesprächsthemen der Gruppe sind unter anderem das Krankheitsbild sowie Folgeerkrankungen und Behandlung von Adipositas. Die Gruppe plant darüber hinaus gemeinsame Unternehmungen wie Stadtwanderungen, Kegeln und vergleichbares.*

*Die Gelnhäuser Adipositas Gruppe ist vernetzt mit anderen Selbsthilfegruppen und dem Verband der Adipositasgruppen in Hessen. Viermal im Jahr finden Vorträge von Dozenten, Diabetologen, Ernährungsberater, Orthopäden u.s.f. statt. Die Gespräche finden in einem geschützten Rahmen statt, so dass sich jeder ohne Bedenken äußern kann.*

Homepage: [www.sekosgelnhausen.de](http://www.sekosgelnhausen.de)

Sekos Gelnhausen  
Bahnhofstrasse 12  
63571 Gelnhausen

Termine: Nur mit Anmeldung! Am ersten Montag im Monat, um 19Uhr

---

## **Angehörige / Pflegende Angehörige**

### **Selbsthilfegruppe „Augenmerk“ für atypische Parkinson Erkrankte**

*In der Selbsthilfegruppe können Betroffene und Angehörige lernen, besser mit der Krankheit umzugehen, trotz allen Einschränkungen weiter am „normalen“ Leben teilzunehmen.*

*Atypische Parkinson Erkrankung: neurodegenerative Erkrankung, manche Symptome ähneln der Parkinson Krankheit (Ruhetremor, Bewegungsverlangsamung etc.), hinzu kommen Gedächtnisstörungen, psychische Auffälligkeiten und vegetative Dysregulationen.*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
SEKOS 3. Stockwerk  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Termine: zwei mögliche Termine!

Montag, 14 tägig, ungerade KW, um 14:00 Uhr

Mittwoch, 14 tägig, gerade KW, um 19:45 Uhr

---

## **Selbsthilfegruppe für Pflegende Angehörige- Gelnhausen**

*Themen: alle pflegenden Angehörigen*

Homepage: [www.sekosgelnhausen.de](http://www.sekosgelnhausen.de)

Termine: 1. und 3. Montag im Monat um 19:00 Uhr

Sekos Gelnhausen  
Bahnhofstrasse 12  
63571 Gelnhausen

---

## **Selbsthilfegruppe für Angehörige von Kindern mit Allergie, Asthma und Neurodermitis – Gelnhausen**

*Erfahrungsaustausch, gegenseitige Unterstützung.*

*Ihr Kind leidet an Neurodermitis? Ihre Tochter hat die Diagnose einer Lebensmittelallergie bekommen?*

*Ihr Sohn ist von allergischem Asthma betroffen?*

*Sie fühlen sich allein gelassen mit dieser Diagnose?*

*Sie wissen nicht, was Sie nun tun können?*

*Sie fragen sich, was das für die gesamte Familie bedeutet?*

Termine: Treffen privat nach Absprache. Vor Gruppenbesuch bitte telefonisch Kontakt aufnehmen!

Homepage: [www.sekosgelnhausen.de](http://www.sekosgelnhausen.de)

Sekos Gelnhausen  
Bahnhofstrasse 12  
63571 Gelnhausen

---



## Aids

### **AIDS-Hilfe Hanau und Main-Kinzig-Kreis e.V.**

Geschäftsstelle AIDS-Hilfe Hanau und Main-Kinzig-Kreis e.V.  
Alfred-Delp-Straße 10  
63450 Hanau

Sprechzeiten: Di 14:00-18:00 Uhr, Do 11:00-15:00 Uhr

Termine:

- Jeden 4. Dienstag im Monat, 16:00 – 19:00 Uhr, „Kaffee trifft Kuchen“, ein LGBT\*I\*Q-Café
- Jeden 4. Sonntag im Monat 14:00-17:00 Uhr, Rotes Schleifchen Café für alle, die sich in der AIDS-Hilfe wohlfühlen
- Jeden 2. Dienstag im Monat 18:00-19:00 Uhr „Männerabend“ Beratungsangebot (keine Gruppe) für Männer zum Thema sexuelle Gesundheit, Coming out
- Jeden 2. Mittwoch im Monat 16:00-18:00 Uhr auf Anfrage Trans\*beratung

Testangebot unter <https://www.aidsahilfe-hanau.de/hiv-test>  
Homepage [www.aidshilfe-hanau.de](http://www.aidshilfe-hanau.de)

---

## Aphasie

### **Angehörigengruppe Aphasie**

*Aphasie ist eine erworbene Sprachstörung, die nach einer Hirnschädigung auftreten kann. Aphasiker können sich schlechter oder gar nicht mehr ausdrücken und verstehen Gesprochenes schlecht, auch die geschriebene Sprache ist meist beeinträchtigt. Von diesen Schwierigkeiten sind auch die Angehörigen der Aphasiker mit betroffen, denn in der Kommunikation können viele verschiedene Probleme auftreten. Oft geht mit der Aphasie ein sozialer Rückzug einher. Jede Aphasie verläuft unterschiedlich aber Aphasie kann jeden Treffen.*

*In der Gruppe findet ein Informations- und Erfahrungsaustausch statt.*

Termine: 2. Donnerstag im Monat, um 16:00 Uhr  
Ort : Bäckerei Eifler Café in Langenselbold

Telefonische Voranmeldung erforderlich!

Homepage [www.hessenaphasie.de/aphasikerzentren/frankfurt/](http://www.hessenaphasie.de/aphasikerzentren/frankfurt/)

---

## **Augenerkrankungen**

### **Blinden- und Sehbehindertenbund in Hessen e.V. – Bezirksgruppe Hanau**

*Beratungsstelle für Blinde und Sehbehinderte*

*Auf der Homepage des Blinden- und Sehbehindertenbundes Bezirksgruppe Hanau finden sich verschiedene Angebote für Menschen mit Sehebehinderung. Wandern, Sport, Veranstaltungen, Stammtisch.....*

*Informationen und Beratung zu Augenerkrankungen, Hilfsmitteln, rechtlichen und finanziellen Ansprüchen, Beleuchtung und Sehen, Berufstätigkeit sowie Tipps und Hilfen für den Alltag. Für Betroffene und Angehörige*

Homepage [www.tibsev.de](http://www.tibsev.de)

Blickpunkt Auge Beratungsstelle Hanau  
Haus am Steinheimer Tor  
Steinheimer Straße 1  
63450 Hanau

**Sprechzeiten:**        *montags bis donnerstags, 10:00-16:00 Uhr*  
                              *freitags, 10:00-15:00 Uhr*

#### ***-Stammtisch für Betroffene und Angehörige-Hanau***

Zum Bürgerbräu  
Friedrichstraße 1  
63450 Hanau

**Termine:**        *letzter Freitag im Monat, 18:00 Uhr*

## **Kaffeenachmittag**

Café Heide  
Am Hauptbahnhof 2  
63450 Hanau

Termine: erster Mittwoch im Monat, 14:30 Uhr

---

## **PRO RETINA Deutschland e.V. – Regionalgruppe Frankfurt / Hochtaunus**

*Die PRO RETINA Deutschland e.V. ist eine Selbsthilfevereinigung für Menschen mit degenerativen Netzhauterkrankungen und deren Angehörige. Krankheitsbilder sind: Makula Dystrophien, Retinitis Pigmentosa, Usher-Syndrom, Altersabhängige Makula-Degeneration (AMD), pathologische Myopie.*

Franziska Schervier Seniorenzentrum  
Cafeteria  
Lange Straße 10-16  
60311 Frankfurt am Main

Homepage [www.pro-retina.de](http://www.pro-retina.de)

---

## **Autismus**

### **Autismus Selbsthilfegruppe Eltern autistischer Schulkinder im Main-Kinzig-Kreis**

*In unserer Selbsthilfegruppe haben sich Eltern zusammengeschlossen, um in gemeinsamen Gesprächen und im gegenseitigen Erfahrungsaustausch Handlungsstrategien für belastende Situationen im Alltag zu entwickeln – zu Hause, in der Schule und in der Freizeit des autistischen Kindes.*

Die Elterngruppe trifft sich in den Räumlichkeiten der  
Selbsthilfe Körperbehinderter e.V. ( Wintergarten)

Am Rathaus 65b  
63526 Erlensee

Termine: 2. Mittwoch im Monat, 19:30 Uhr

Homepage [www.autismus-mkk.de](http://www.autismus-mkk.de)

---

## **Selbsthilfegruppe Autismus im MKK**

*Im Rahmen der Selbsthilfegruppe möchten wir uns unter Eltern, Angehörigen und Autisten in gemeinsamen Gesprächen austauschen und im gegenseitigen Erfahrungsaustausch bedürfnisorientierte Handlungsstrategien für belastende Situationen im Alltag erarbeiten. Da es im Laufe der Jahre immer wieder Veränderungen gibt, erarbeiten wir regelmäßig neue Lösungen für neue Herausforderungen. Neben dem Gedanken- und Erfahrungsaustausch erhalten die Teilnehmer/innen unserer Selbsthilfegruppe wichtige Informationen (Zugang zu Beratungsstellen, Therapiemöglichkeiten und Hilfen) sowie die Möglichkeit an Fach- oder Aktionstagen teilzunehmen. Außerdem gibt es gemeinsame Unternehmungen mit den Eltern mit und ohne ihre Kinder.*

Termine: einmal Monatlich/ Online

Homepage: [www.shg-autismus-mkk.de](http://www.shg-autismus-mkk.de)

Anmeldungen über Mail: [marina.r@gmx.net](mailto:marina.r@gmx.net)

## **Selbsthilfenetzwerk Autismus**

Homepage: [www.selbsthilfe-autismus.de](http://www.selbsthilfe-autismus.de)

---

## **Behinderungen**

### **Lebenshilfe e.V. für Menschen mit geistiger und mehrfacher Behinderung**

*Die Lebenshilfe Hanau ist eine Vereinigung für Menschen mit Behinderung, deren Angehörige, sowie Freunde und Förderer, die sich gegenseitig helfen und unterstützen.*

Gärtnerhaus Schloss Philippsruhe  
Landstraße 1  
63454 Hanau

Homepage [www.lebenshilfe-hanau.de](http://www.lebenshilfe-hanau.de)

Weitere Gruppenangebote des Vereins „Lebenshilfe e.V.-Hanau:

**-Eltern-Kind-Selbsthilfegruppe**

Für Eltern und deren Kinder mit Beeinträchtigungen

**-Treffen für Jugendliche und junge Erwachsene mit Behinderung**

Gemeinsame Treffen und verschiedene Freizeit Angebote für junge Menschen mit Behinderung.

Termine: nach Vereinbarung

---

**Selbsthilfe Körperbehinderter Main-Kinzig e.V.**

*Verein besteht aus Menschen mit und ohne Behinderungen, die gemeinsam für ein selbstbestimmtes und barrierefreies Leben kämpfen. Wir beraten Sie, auch wenn Sie noch nicht Mitglied unseres Vereins sind - EUTB*

*-betreiben einen Behindertenfahrdienst*

*-setzen uns politisch für die Interessen von Menschen mit Behinderungen ein*

Selbsthilfe Körperbehinderter Hanau/Gelnhausen e.V.

Am Rathaus 65 b

63526 Erlensee - Langendiebach

Termine: BÜROZEITEN: Mo - Fr 9.00-16.00 Uhr

Telefon 0 61 83 / 91 52 21

Mail [verein@selbsthilfe-erlensee.de](mailto:verein@selbsthilfe-erlensee.de)

Homepage [www.selbsthilfe-erlensee.de](http://www.selbsthilfe-erlensee.de)

---

**EUTB im Main-Kinzig-Kreis**

*Ein Unternehmen des Selbsthilfe Körperbehinderter Hanau / Gelnhausen e.V.  
Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung (kurz EUTB®) ist ein neues kostenfreies Beratungsangebot für Menschen mit Behinderungen oder chronischen Erkrankungen, von Behinderung bedrohte Menschen und deren Angehörige, Freunde und Bezugspersonen.*

Homepage [www.teilhabeberatung.de](http://www.teilhabeberatung.de)  
[www.selbsthilfe-erlensee.de](http://www.selbsthilfe-erlensee.de)

Telefon und Online Beratung möglich! Auf Anfrage auch Video-Beratung.

Adressen der Beratungsstellen:

Hauptstelle

Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau  
Telefon: 06181 / 504 57 11  
Fax: 06181 / 504 57 12

Außenstellen

1) Hailerer Str. 24

63571 Gelnhausen

Telefon 06181/ 504 62 10

2) Wassergasse 16-18

36381 Schlüchtern

Telefon 06181 / 504 62 10

---

## **Treff Handicap Nidderau**

*Die ehrenamtlichen Behindertenbeauftragten laden Menschen mit körperlichen oder seelischen Einschränkungen und deren Angehörige zu Treffen ins Familienzentrum ein.*

*In entspannter Atmosphäre besteht die Möglichkeit, sich bei bürokratischen und gesundheitlichen Problemen auszutauschen und Rat einzuholen. Es werden Vorträge zu Gesundheits- und anderen Themen angeboten und qualifizierte Referenten einladen. Das Ziel der Treffen ist ein reger Erfahrungsaustausch mit Betroffenen, neue soziale Kontakte, eine entspannte Zeit zur besseren Bewältigung der derzeitigen Situation. Die Treffen sind für die Interessen und Fragen der Teilnehmenden offen gestaltet.*

Familienzentrum der Stadt Nidderau

Gehrener Ring 5  
61130 Nidderau

Termine: jeweils mittwochs 15:00-16:00 Uhr - Termine erfragen

Mail [behindertenbeauftragte@nidderau.de](mailto:behindertenbeauftragte@nidderau.de)

---

## **Begegnungsstätte für Frauen Selbsthilfeprojekt - Langenselbold**

*Hilfe und Entlastung für Menschen mit Einschränkungen / Behinderungen und Ihre Angehörige.*

*Insbesondere mit dementiellen Beeinträchtigungen*

---

## **BWMK Behinderten Werk Main Kinzig e.V.**

*Behinderten Werk Main Kinzig e.V. stellt sich die Aufgabe, für Menschen mit Beeinträchtigung ein möglichst selbstbestimmtes und selbständiges Leben in der Gesellschaft zu ermöglichen.*

*-Beratung, Bildung, Freizeit, -Wohnangebote, -Dienstleistung BWMK, -Familie (Frühförderung, Kitas, Schwanennest-Kurzzeitunterbringung für Kinder und Jugendliche mit Behinderung)*

Zentrale Dienste  
Vor der Kaserne 6  
63571 Gelnhausen

Telefon (06051) 9218-1000

Mail [info@bwmk.org](mailto:info@bwmk.org)

Homepage [www.bwmk.de](http://www.bwmk.de)

***-Beratung:** das „direct“ Beratungszentrum und Büros sind eine Anlaufstelle für alle Menschen, die Rat und Unterstützung brauchen und hierfür nach geeigneten Wegen suchen. (Psychosoziale Beratung PSKB, Integrationsdienst, Arbeitsassistentz, Kommunikationshilfe mit Menschen ohne Lautsprache, Sozialberatung)*

Homepage <https://direct-bz.de/>

-direct Beratungszentrum

–Hailerer Str.24, 63571 Gelnhausen Tel.: 06051-9218-500  
Öffnungszeiten: Di 14:30-16 Uhr und Fr 9-11 Uhr

-direct Büros

-Hanau

-Nordstr.86, 63450 Hanau Tel.: 06051-9218-2900  
Öffnungszeiten: Mo 9-11 Uhr, Mi 9-11 Uhr, Do 14-16 Uhr

-Schlüchtern

-Alte Bahnhof Str. 10, 36381 Schlüchtern Tel.: 06051-9218-6001  
Öffnungszeiten: Mo 10-12 Uhr, Mi 14-16 Uhr, Do 10-12 Uhr

**-Schwanennest-**

**Kurzzeitunterbringung für Kinder und Jugendliche mit Behinderung**

*Dort wird umfassende Kurzzeitpflege für Kinder und Jugendliche mit Behinderung angeboten.*

An der Pumpstation 9  
63454 Hanau

---

## **COVID - 19**

**Selbsthilfegruppe Covid – 19 - Hanau  
Long/ Post Covid, Post – VAC und ME/CFS**

*Die Selbsthilfegruppe möchte Betroffenen die an den Folgen einer Covid-19 Infektion oder den Folgen einer Impfung leiden, den Raum geben, miteinander ins Gespräch zu kommen. Gleichermäßen Willkommen sind auch Betroffene von ME/CFS, mit einem anderen Auslöser der Erkrankung sowie die Angehörigen der Erkrankten.*

*Betroffene haben die Möglichkeit, Kontakte zu Mitbetroffenen zu knüpfen, ihr Wissen über die Erkrankung und deren Symptome zu teilen und sich über lebenspraktische Erfahrungen sowie neue Erkenntnisse auszutauschen.*

*Termine: letzter Donnerstag im Monat, um 15 Uh,  
vor dem ersten Gruppenbesuch Telefonische Anmeldung notwendig.*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Telefon: 06181/25 55 00

---



## **Selbsthilfegruppe Long/ Post Covid-19-Erkrankte - Friedberg**

*Mindestens zehn Prozent aller an Covid-19-Erkrankten leiden nach einer Infektion an unterschiedlichen gesundheitlichen Beschwerden, die länger als drei Monate anhalten. Im Wetteraukreis haben nun Betroffene, die an Long Covid leiden, die Möglichkeit Kontakte zu Mitbetroffenen zu knüpfen und ihr Wissen über die Covid-19-Erkrankung und deren Symptome zu teilen und sich über lebenspraktische Erfahrungen sowie Erkenntnisse auszutauschen.*

### **Post/Long Covid Selbsthilfegruppe 1**

- Alle 2 Wochen Montags
- Uhrzeit: 18:00-19:45 Uhr
- Treffpunkt: Friedberg

### **Post/Long Covid Selbsthilfegruppe 2**

- Alle 2 Wochen Dienstags
- Uhrzeit: 18:00-19:45 Uhr
- Treffpunkt: Friedberg

### **Post/Long Covid Selbsthilfegruppe 3**

- mit oder ohne Teilnahme an einem Reha-Sport-Angebot Dienstags
- Uhrzeit: 19:00 Uhr
- Treffpunkt: Groß-Karben

### **Ort**

Europaplatz  
61169 Friedberg  
Hessen

Kontakt unter:

**<https://wetteraukreis.de/selbsthilfe/selbsthilfegruppen/long-covid>**  
**<https://wetteraukreis.de/selbsthilfe>**

---

## **Selbsthilfegruppe Long Covid**

## **-Selbsthilfegruppe Frankfurt**

Selbsthilfe e. V.  
Sonnemannstraße 3  
60314 Frankfurt am Main  
Hessen

### **Kontaktdaten**

069 / 559358  
Mail: [service@selbsthilfe-frankfurt.net](mailto:service@selbsthilfe-frankfurt.net)

---

## **Chronische Schmerzen**

### **Selbsthilfegruppe Schmerzlos**

*Für Menschen mit chronischen Schmerzen und ihre Angehörige.  
Unterstützung, Motivation, Informations- und Erfahrungsaustausch von Betroffenen  
und Angehörigen.*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Termine: 1. Freitag im Monat, 17:00 Uhr

---

## **Darmerkrankungen / Morbus Crohn**

### **Selbsthilfegruppe Stoma – Darmstoma und Urostoma**

*Austausch von Informationen und Erfahrungen lernen wir voneinander und unterstützen uns gegenseitig. Du bist nicht alleine!*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Termine: 1. Dienstag im Monat, 15:30-17:00 Uhr

---

### **Selbsthilfegruppe Deutsche ILCO e.V., Gruppe Hanau/Main-Kinzig-Kreis I**

*für Menschen mit künstlichem Darmausgang oder Harnableitung und Darmkrebserkrankung sowie deren Angehörige.*

Café Heide  
Am Hauptbahnhof 2  
63450 Hanau

Termine: 1. Samstag im Monat, 14:00-16:00 Uhr

Homepage [www.ilco.de](http://www.ilco.de)

---

### **Stomagruppe Gründau**

*Gemeinsame Gesprächsrunden, Erfahrungsaustausch zwischen Mitbetroffenen und Angehörigen, Fachvorträge von Fachexperten und Ärzten.*

Bürgerhaus Gründau-Lieblos

Termine: jeden 1. Dienstag im Monat, 15:00-18:00 Uhr

---

### **Selbsthilfegruppe Deutsche ILCO e.V., Gruppe Frankfurt**

*für Menschen mit künstlichem Darmausgang oder Harnableitung und Darmkrebserkrankung sowie deren Angehörige.*

Sozialpavillon Arbeiterwohlfahrt  
Eichenwaldstraße 71  
60385 Frankfurt am Main

Termine: 2. Freitag im Monat, 16:00-18:00 Uhr

## **Deutsche Morbus Crohn / Colitis ulcerosa Vereinigung (DCCV) e.V. – Beratung Hanau**

*Informationen über neue Medikamente, Behandlungsmethoden, Ernährung und seelische Probleme sowohl für die Betroffenen als auch für deren Angehörige. Kontaktmöglichkeiten bitte im Begegnungszentrum erfragen.*

Homepage [www.dccv.de](http://www.dccv.de)

---

## **Demenz**

### **Alzheimer Gesellschaft Main-Kinzig e.V. – Gruppe für Angehörige**

*Menschen mit Demenz werden überwiegend von ihren Angehörigen versorgt. Durch die Erkrankung verändert sich das gewohnte Leben, Angehörige übernehmen zunehmend mehr Aufgaben und Verantwortung. Oft fehlt es auch an Wissen – zum Umgang mit den Erkrankten, wo es Hilfe gibt und wer Unterstützung und Beratung anbietet. Nicht selten kommen Angehörige dabei an ihre Grenzen. Der Besuch einer Selbsthilfegruppe ermöglicht den Austausch mit Gleichbetroffenen, dies stärkt und hilft, den Blick auf die eigene Situation zu erweitern.*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Termine: 1. Montag im Monat, 14:00-16:00 Uhr

---

### **Selbsthilfegruppe Alzheimer „Junge Angehörige“**

*Die Selbsthilfegruppe ermöglicht den Austausch mit Gleichbetroffenen, dies stärkt informiert und hilft, den Blick auf die eigene Situation zu erweitern.*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Termine: 1. Montag im Monat, 14:00-16:00 Uhr

---

### **Selbsthilfegruppe für Angehörige von Demenzkranken**

*Die von der Stadt Erlensee und dem Haus Rosengarten ins Leben gerufene Selbsthilfegruppe für Angehörige von Demenzerkrankten, an der auch Bürgerinnen und Bürger aus anderen Kommunen teilnehmen können, ist offen für alle, die einen an Demenz erkrankten Angehörigen haben.*

Haus Rosengarten  
Marktstube  
Am Erlenpark 1  
63526 Erlensee

Termine: letzter Donnerstag im Monat, 14:00-15:30 Uhr

---

### **Café Auszeit für demenziell Erkrankte und ihre pflegenden Angehörigen**

*Das Café Auszeit bietet Menschen mit demenziell erkrankten Angehörigen die Möglichkeit, sich in lockerer Kaffeehaus-Atmosphäre über ihren Alltag auszutauschen. Eingeladen sind sowohl die Angehörigen als auch die Erkrankten selbst. Nach einem gemeinsamen Frühstück können sich die Angehörigen in einem moderierten Gesprächskreis austauschen, Themen vertiefen oder aktuelle Informationen erhalten. Währenddessen verbringen die Erkrankten mit dafür ausgebildeten Betreuungskräften eine anregende Zeit.*

Mehrgenerationenhaus Fallbach  
Reichenberger Straße 59  
63452 Hanau

Termine: *Café Auszeit am Vormittag*  
*-jeden letzten Freitag im Monat, 09:30-11:30 Uhr*  
*Das Frühstücksbuffet kostet 4 € pro Person.*

*Café Auszeit am Nachmittag*  
*-jeden zweiten Freitag im Monat, 15:00-17:00 Uhr*  
*Kaffee und Kuchen kosten 3,-Euro pro Person.*

*Eine vorherige telefonische Anmeldung ist für beide Angebote erforderlich.*

---

### **Treffen für Angehörige von Menschen mit Demenz – Langenselbold**

DRK-Familienzentrum  
Am Bürgerplatz 1  
63505 Langenselbold

Termine: Termine telefonisch erfragen.

Die AWO Erlensee-Langenselbold bietet einen Gesprächskreis an, in dem Angehörige sich austauschen können.

Geplant ist, sich zukünftig einmal im Monat zu treffen.

---

### **Begegnungsstätte für Frauen Selbsthilfeprojekt - Langenselbold**

*Hilfe und Entlastung für Menschen mit Einschränkungen / Behinderungen und Ihre Angehörige.*

*Insbesondere mit dementiellen Beeinträchtigungen.*

---

### **Lichtblicke – Betreuungs- und Unterstützungsangebot für Demenzerkrankte und ihre Angehörigen – Gemeinde Schöneck**

#### **Selbsthilfegruppe für Angehörige von Demenzerkrankten**

Termine: jeder 3. Mittwoch im Monat 18:30-20:00 Uhr im Alten Schloss Schöneck Budesheim. Mit vorheriger Anmeldung.

#### **Gruppenangebot für aktive und mobile Menschen mit Demenzerkrankung und ihre Angehörige –Gemeinde Schöneck**

*Das Angebot wendet sich an aktive und mobile Demenzerkrankte und ihre Angehörige, um gemeinsam z.B. Ausflüge, Besichtigungen zu unternehmen oder kulturelle Veranstaltungen zu besuchen und sich über die Belastung und Ängste auszutauschen.*

*In Kooperation mit der Leitstelle für ältere Bürger\*innen des Main-Kinzig-Kreises findet einmal monatlich eine gemeinsame Aktivität statt.*

Altes Schloss Büdesheim  
Altenclub  
Schlossstraße  
61137 Schöneck

Homepage [www.schoeneck.de](http://www.schoeneck.de)

---

### **Alzheimer Gesellschaft Main-Kinzig e.V.**

*Die Alzheimer Gesellschaft Main Kinzig e.V. ist ein Zusammenschluss von Menschen, die als Familienangehörige von der Alzheimer-Krankheit oder einem vergleichbaren Leiden betroffen sind und von Menschen, die sich privat oder beruflich mit der Situation der Demenz-Erkrankten beschäftigen. Die Alzheimer Gesellschaft verfolgt ausschließlich gemeinnützige Ziele, in deren Mittelpunkt die Förderung und das Wohlergehen der von der Alzheimer Krankheit oder ähnlichen Leiden betroffenen Menschen steht.*

Schlossbergstraße 7  
61130 Nidderau

Alzheimer-Telefon (Beratung & Information):  
**01803-171017** (9 ct/Minute), montags bis donnerstags 9:00-18:00,  
freitags 09:00-15:00 Uhr und nach Vereinbarung

Homepage [www.alzheimer-mkk.de](http://www.alzheimer-mkk.de)

---

## **Diabetes**

### **Happy Hypos – Selbsthilfegruppe für Menschen mit Diabetes Typ 1**

*Bunt gemischte Gruppe von Menschen mit Diabetes Typ 1.  
Alle direkt oder indirekt von Diabetes Typ 1 Betroffene sind eingeladen, mit uns über Probleme, Fragen und Antworten rund um unser „süßes“ leben zu sprechen.*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Termine: 1. Donnerstag im Monat, 19:00 Uhr - **Bitte mit Voranmeldung!**

---

### **DSE Diabetiker Selbsthilfegruppe Erlensee e.V.**

Erlenhalle  
Saal 2  
Am Rathaus 20  
63526 Erlensee

Termine: 1. Dienstag im Monat, 19:30 Uhr

---

### **Eltern diabetischer Kinder – Gelnhausen**

Termine: Treffen nach vorheriger Absprache

---

## **Down-Syndrom**

### **Lebenshilfe e.V. für Menschen mit geistiger und mehrfacher Behinderung**

*Die Lebenshilfe Hanau ist eine Vereinigung für Menschen mit Behinderung, deren Angehörige, sowie Freunde und Förderer, die sich gegenseitig helfen und unterstützen.*

Gärtnerhaus Schloss Philippsruhe  
Landstraße 1  
63454 Hanau

Homepage [www.lebenshilfe-hanau.de](http://www.lebenshilfe-hanau.de)

### **-Eltern-Kind-Selbsthilfegruppe**

*Für Eltern und deren Kinder mit Beeinträchtigungen*

Termine: jede 2. Mittwoch in ungeraden Wochen um 15:30-17:30



Homepage [www.lebenshilfe-hanau.de](http://www.lebenshilfe-hanau.de)

Homepage [www.down-syndrom.org](http://www.down-syndrom.org)

---

## **Dysmelien**

### **Selbsthilfegruppe Dysmelien e.V.- Maintal**

*Schwerpunkt der Tätigkeit dieser Selbsthilfegruppe ist die Vermittlung von Kontakten und von Informationen und soll als Anlaufstelle für Probleme und als Hilfestellung dienen. Es soll gezielt auf spezielle Fragen die Behinderung betreffend hin gearbeitet werden. Sollten besondere Fragen zu klären sein, will ich gerne versuchen weiterzuhelfen. Der Zweck dieser Selbsthilfegruppe soll sein:*

- *persönliche Erfahrungen und Gedanken auszutauschen und über alltägliche Hürden zu sprechen*
- *Eltern, deren Kind mit fehlenden oder fehlgebildeten Gliedmaßen geboren wurde, von Anfang an Mut zu machen und zu unterstützen*
- *Weitergabe von Informationen und Adressen*
- *z.B. Bezugsquellen für Hilfsmittel im Alltag*

*Dysmelie ist der Oberbegriff für angeborene Fehlbildungen eines oder mehrerer Gliedmaßen, also der Arme oder Beine bzw. der Hände, Finger, Füße oder Zehen.*

**Termine:** *die Gruppe trifft sich ca. vier Mal im Jahr an unregelmäßigen Terminen, die die Teilnehmer festlegen*

Homepage [www.dysmelien.de](http://www.dysmelien.de)

---

## **Endometriose**

### **Endometriose SHG – Hanau & Umgebung**

*Endometriose ist eine weit verbreitete chronische und bislang nicht heilbare gynäkologische Erkrankung.*

*Die Selbsthilfegruppe ermöglicht den Austausch mit Gleichbetroffenen, sie stärkt, informiert und hilft, den Blick auf die eigene Situation zu erweitern.*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig

Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Termine: jede 4. Samstag im Monat, um 10:00-12:00Uhr

---

## **Epilepsie**

### **Epilepsie Selbsthilfe**

Gelnhausen und Main-Kinzig-Kreis

*Beratung und Unterstützung*

*Die Epilepsie Selbsthilfe Gelnhausen und Main-Kinzig-Kreis bietet Beratung Unterstützung bei Institutionen, zielt auf die Verbesserung der persönlichen Situation, bis hin zum Arbeitsplatz und an der Schule.*

---

### **Deutsche Epilepsievereinigung – Landesverband Hessen e.V.**

*Zusammenschluss von Menschen mit Epilepsie und deren Angehörigen, die sich gemeinsam für eine Verbesserung der Lebens- und Behandlungssituation von Menschen mit Epilepsie in Deutschland einsetzen, ihre Interessen Dritten gegenüber gemeinsam zu vertreten und sich und anderen helfen möchten, mit ihrer Epilepsie im Leben gut zurecht zu kommen.*

*Epilepsien sind neurologische Erkrankungen mit äußerst vielfältigem Erscheinungsbild. Deshalb wird in der Regel von Epilepsien in der Mehrzahl gesprochen.*

Homepage [www.epilepsie-sh-hessen.de](http://www.epilepsie-sh-hessen.de)

Geschäftsstelle:  
Im Trutz Frankfurt 30  
60322 Frankfurt am Main

Mail [info@epilepsie-sh-hessen.de](mailto:info@epilepsie-sh-hessen.de)

---

## **Fatigatio – Chronisches Erschöpfungssyndrom**

**Fatigatio e.V. – Regionalgruppe Frankfurt**

*Der Fatigatio e.V. ist eine deutsche Patientenorganisation für Menschen, die an Myalgischer Enzephalomyelitis / Chronisches Fatigue Syndrom (Erschöpfungssyndrom) erkrankt sind.*

### **Selbsthilfe e.V.**

Selbsthilfe-Kontaktstelle Frankfurt  
Sonnemannstraße 3,  
60314 Frankfurt am Main

Beratung zu Selbsthilfegruppen 069/ 55 94 44  
Mo und Dienstag 10:00-14:00 Uhr, Donnerstag 15:00-19:00 Uhr

Termine: Treffen finden in Moment Online statt. Die ID erfragen

Homepage [www.selbsthilfe-frankfurt.net](http://www.selbsthilfe-frankfurt.net)

Homepage [www.fatigatio.de](http://www.fatigatio.de)

---

## **Fibromyalgie**

### **Fibromyalgie-Selbsthilfe Rhein-Main-Kinzig Selbsthilfegruppe Fibromyalgie-Offenbach**

*Die Fibromyalgie-Selbsthilfe Rhein-Main-Kinzig, betreut von Herrn Rainer Marx, ist seit 1998 im ehrenamtlichen Bereich aktiv.*

*Die praktische Unterstützung und die Vermittlung von Fachinformationen für FM-Betroffene stehen im Mittelpunkt unser Bemühungen.*

Homepage: [www.fm-selbsthilfe-rmk.info](http://www.fm-selbsthilfe-rmk.info)

Termine: jede 3.Samstag im Monat, mit Voranmeldung

Paritätischer Wohlfahrtsverband - Selbsthilfebüro Offenbach  
Berliner Str. 219  
63067 Offenbach

### **REHA-Sport-Gruppe**

Homepage: [\*\*www.fm-selbsthilfe-rmk.info\*\*](http://www.fm-selbsthilfe-rmk.info)

Termine: dienstags, 11:00 Uhr, mittwochs, 10:00 Uhr

Ort der veranstaltung wechselt:

Sommerzeit: Sportgelände Rosenhöhe, Lauterbornweg 7, Offenbach

Winterzeit:  
Gemeindesaal der Kirche Maria Himmelskron  
Marienstraße 16 a  
63150 Heusenstamm

---

### **Fibromyalgie-Selbsthilfegruppe – Bad Soden Salmünster**

*Fibromyalgie ist eine Erkrankung der Muskulatur, der Sehnen und der Bänder.  
Selbsthilfe ist Unterstützung für ein optimistisches Leben trotz Fibromyalgie.*

Spessarttherme

Termine: monatlich

---

## **Gehörlosigkeit / Hörbehinderung**

### **Selbsthilfegruppe Cochlea-Implantat - Hanau**

*Ab dem 3. Mai 2023 wird sich die Selbsthilfegruppe für Cochlea-Implantierte in einem Zwei-Monats-Rhythmus immer an einem 1. Mittwoch in Hanau treffen. Geeignet ist die Gruppe für Menschen mit Hörschädigung, die mit Cochlea-Implantaten (CI) und anderen Hörhilfen versorgt werden.*

*Die regelmäßigen Treffen dienen dem Erfahrungsaustausch. Für Auskünfte, die zeitlich unabhängig von den Gruppentreffen eingeholt werden möchten, steht die Gruppenleitung nach Terminabsprache jederzeit zur Verfügung.*

Landgasthof Anker  
Ankergasse 1  
634054 Hanau

Termine: 1.Mittwoch in zwei Monats-Rhythmus, um 17Uhr, mit Anmeldung!

Homepage [www.civhrm.de](http://www.civhrm.de)

---

**Selbsthilfegruppe des Cochlear Implant Verband – Friedberg  
Hessen Rhein Main e.V. (CIV-HRM e.V. )**

*Gespräche/Erfahrungsaustausch rund um CI in gemütlicher Runde*

**CI-Kaffee Friedberg**

CIC Friedberg  
Grüner Weg 9  
61169 Friedberg

*Termine: 1. Mittwoch in zwei Monats-Rhythmus , um 15:00-17:00Uhr, mit Anmeldung!*

Homepage [www.civhrm.de](http://www.civhrm.de)

---

**Gehörlosenverein zu Hanau und Umgebung e.V.**

*Der Verein bietet verschiedene Freizeitgestaltungen an, z.B. Wandern, Frauenkreis, Seniorenclub oder Rommé-Club.*

Ernststraße 2  
63456 Hanau

*Termine: Sprechzeiten im Vereinsheim mittwochs ab 15:00 Uhr und nach Vereinbarung per Mail*

Gehörlosenverein zu Hanau und Umgebung e.V.  
63456 Hanau

*Der Verein bietet verschiedene Freizeitgestaltungen an, z.B. Wandern, Frauenkreis, Seniorenclub oder Rommé-Club. Die Angebote finden Sie auf der Homepage.*

*Termine: Sprechzeiten im Vereinsheim mittwochs ab 15:00 Uhr und nach Vereinbarung*

---

## **Gruppe für hörgeschädigte Menschen – Schlüchtern**

*Wir sind betroffene mit den verschiedensten Hörschädigungen, sei es Tinnitus, Cochlea Träger, oder Schwerhörigkeit.*

Evangelischen Gemeindezentrum "Haus der offenen Tür"

Kirchstraße 32

Schlüchtern

Termine: Treffen finden jeden 1. Freitag im Monat, um 19 Uhr

Änderungen werden an unsere Homepage bekannt gegeben

Homepage:

<https://www.shg-schwerhoeriger-schluechtern.de/>

Für ein persönliches Info Gespräch stehen wir ihnen „nach Anmeldung“ (telefonisch oder per Mail) am nächsten Treffen ab 19:00 Uhr zu Verfügung.

---

## **Herzerkrankungen**

### **Herzkranker Kinder Kohki e.V.**

*Als gemeinnütziger Verein stehen wir Familien mit Kindern und Jugendlichen mit angeborenen oder erworbenen Herzfehlern mit Rat und vielfältiger Unterstützung zur Seite: lokale Treffen zum Austausch, Seminare, Freizeiten, Camps etc. finden regelmäßig statt und werden durch Spenden finanziert.*

Westring 241  
55120 Mainz

Homepage [www.kohki.de](http://www.kohki.de)

---

## **Selbsthilfegruppe Leben m. Defi, Schrittmacher, Bypass, künstl. Herzklappe**

64287 Darmstadt

Homepage [www.herzstiftung.de](http://www.herzstiftung.de)

---

## **Inkontinenz**

### **Telefonberatung Blasenschwäche des Klinikums Hanau**

Frauenklinik am Klinikum Hanau

Telefon 06181-296-2528

Termine: mittwochs, 08:00-09:00 Uhr,

Homepage [www.klinikum-hanau.de/patienten-besucher/veranstaltungen/telefonberatung/blasenschwaechte-telefonberatung-557/](http://www.klinikum-hanau.de/patienten-besucher/veranstaltungen/telefonberatung/blasenschwaechte-telefonberatung-557/)

---

## **Kawasaki-Syndrom**

**Eltern-Selbsthilfegruppe in Lauterbach** - Familienverein mobile e.V.

*Das Kawasaki-Syndrom (KS) ist eine Gefäßentzündung der kleinen und mittleren Arterien. Besonders bedeutsam ist die mögliche Beteiligung der Herzkranzgefäße.*

*Bereits seit einigen Jahren gibt es für Eltern im Vogelsbergkreis eine Kontakt- und Selbsthilfegruppe zum Austausch über das Kawasaki-Syndrom.*

Termine: 6 Mal jährlich, genaue Termine bitte erfragen

Homepage [www.mobile-lauterbach.de/selbsthilfegruppe-kawasaki-syndrom](http://www.mobile-lauterbach.de/selbsthilfegruppe-kawasaki-syndrom)

---

# **KRANKHEITEN DES NERVENSYSTEMS**

## **Polyneuropathie**

### **Polyneuropathie Selbsthilfegruppe**

*Die Polyneuropathie (oder auch periphere Neuropathie) ist eine Krankheit, die Menschen in jeder Lebensphase treffen kann.. Die Symptome reichen von Brennen, Kribbeln, Schwäche, Taubheit, Lähmungen bis hin zu quälenden Schmerzen vor allem in den Armen und Beinen.*

Nachbarschaftszentrum Ostend  
Waldschmidtstraße 39  
3. OG  
60316 Frankfurt am Main

Termine: 1. Freitag im Monat, 15:00-17:00 Uhr

---

## **Parkinson**

### **Selbsthilfegruppe „Augenmerk“ für atypische Parkinson Erkrankte**

*In der Selbsthilfegruppe können Betroffene und Angehörige lernen, besser mit der Krankheit umzugehen, trotz allen Einschränkungen weiter am „normalen“ Leben teilzunehmen.*

*Atypische Parkinson Erkrankung: neurodegenerative Erkrankung, manche Symptome ähneln der Parkinson Krankheit (Ruhetremor, Bewegungsverlangsamung etc.), hinzu kommen Gedächtnisstörungen, psychische Auffälligkeiten und vegetative Dysregulationen.*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig



SEKOS 3. Stockwerk  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Termine: zwei mögliche Termine!

Montag, 14 tägig, ungerade KW, um 14:00 Uhr

Mittwoch, 14 tägig, gerade KW, um 19:45 Uhr

---

### **Parkinson Regionalgruppe Gelnhausen**

*Die Parkinsongruppe ist eine Selbsthilfegruppe, die Patienten und ihre Angehörigen unterstützt, informiert und mit Rat und Tat zur Seite steht. Gespräche, Erfahrungsaustausch und Vorträge helfen mit der Krankheit besser umzugehen, das Selbstbewusstsein zu stärken und motiviert, den Alltag selbst zu gestalten.*

Dorfgemeinschaftshaus Gelnhausen/Höchst  
Bei der Gaststätte „Zum Hirsch“

Termine: jeden letzten Dienstag im Monat mit Anmeldung

---

### **Parkinsonstammtisch für Maintal und Umgebung**

Kolleg des Bürgerhauses  
Ringstraße Süd 21  
63477 Maintal-Hochstadt

Termine: Immer am ersten Mittwoch im Monat, um 17:00Uhr

---

### **NEUROTANGO – Workshop für Parkinson Betroffene Tango Therapie**

*Tanzclub bietet Kurse für Parkinson Betroffene und Ihre Partner Tanzkurse an, mit speziell ausgebildeten Neurotango Practitioner.*

Termine:Freitag 16:30-17:30

Tanzsportclub Main-Kinzig  
Schwarz-Gold Hanau e.V.

Bürgerhaus Wolfgang  
Schanzenstr.8  
634 57 Hanau

---

## **Restless Legs**

### **Restless Legs SHG Hanau**

*Das Restless Legs Syndrom ist eine häufige und behandelbare Erkrankung des zentralen Nervensystems. Die Krankheit wird auch als Syndrom der unruhigen Beine bezeichnet.*

*Die Selbsthilfegruppe bietet Raum zum Erfahrungsaustausch von Betroffenen untereinander, bietet Informationen zum neuesten Stand medizinischer Behandlungsmöglichkeiten und zu den Möglichkeiten, mit eigenem Handeln einen positiven Einfluss auf die Symptomatik der unruhigen Beine zu nehmen.*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
SEKOS 3. Stockwerk  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Termine: jede dritte Montag im Monat, um 18:00 Uhr

---

### **Restless Legs SHG Schlüchtern**

*Die Aktivitäten der einzelnen Selbsthilfegruppen umfassen Erfahrungsaustausch, Einführungsinformationen, Vorträge zum Thema, Beratung u.a. Die konkreten Aktivitäten können bei den jeweiligen Ansprechpartnern erfragt werden.*

Stadhalle Schlüchtern

Termine: Am 1. Dienstag in jedem 2.Monat, 16 Uhr  
Februar, April, Juni, August, Oktober, Dezember.

---

# Krebs

## Allgemein

### **Flügelbruch e.V. – Krebs ist kein Tabu**

*Gemeinnütziger Verein zugunsten (ehemaliger) Krebspatienten und deren nächste Verwandte aus dem Rhein-Main-Gebiet. Unterstützung aus der eigenen Region.*

- ◆ Erlebnisse ◆ Hilfe zur Selbsthilfe ◆ Wunscherfüllung
- ◆ Selbsthilfegruppe ◆ Gruppentreffen ◆ gemeinsame Ausflüge
- ◆ (finanzielle) Unterstützung ◆ Krebsbücherei

Homepage [www.fluegelbruch.de](http://www.fluegelbruch.de)

### **-Selbsthilfegruppe**

Ehemalige Kantine der Stadtverwaltung Hanau  
Am Markt  
63450 Hanau

*Termine: 2. Mittwoch im Monat, 14:00 Uhr; telefonische Anmeldung erbeten*

### **-Gruppentreffen für Betroffene und ehemalige Betroffene**

*Termine: alle zwei Monate in verschiedenen Lokalitäten in Hanau, Termine und Orte auf der Homepage; Anmeldung per Mail erbeten*

---

### **Stammtisch für Krebserfahrene in Nidderau**

*Bei den Treffen wird miteinander gelacht, Erfahrungen werden ausgetauscht und es geht darum zu genießen, dass man überlebt hat. Wenn es gewünscht ist, wird Unterstützung gegeben und geholfen, schwierige Zeiten miteinander auszuhalten. Essen und Getränke bringen die Teilnehmenden selbst mit.*

Familienzentrum der Stadt Nidderau – im Nidderforum  
Gehrener Ring 5  
61130 Nidderau

*Termine: bitte erfragen per Mail: [krebsstammtisch-nidderau@email.de](mailto:krebsstammtisch-nidderau@email.de)  
Zeit: 19:00-21:00 Uhr*

---

## Hilfe für Kinder krebskranker Eltern e.V.

*Mit dieser dreifachen Stärke aus Helfen, Heilen und Forschen verfolgen wir ein Ziel: Krebs bei Kindern zu besiegen. Gemeinsam mit dem Universitätsklinikum Frankfurt kümmern wir uns um krebskranke Kinder und ihre Familien. Wir verbessern die Lebensumstände, unterstützen die medizinische Versorgung und ermöglichen noch mehr Forschung. Das treibt uns an. Jeden Tag!*

Hilfe für Kinder krebskranker Eltern e.V.  
Arnstädter Weg 3  
659 31 Frankfurt

*Beratung und Information für Eltern/Großeltern/Verwandte sowie Kinder jeder Altersgruppe*

Homepage [www.hkke.org](http://www.hkke.org)

---

## Blasenkrebs

### Blasenkrebs-Selbsthilfegruppe Bad Soden-Salmünster

*In den Selbsthilfegruppen (SHG) des Selbsthilfe-Bund Blasenkrebs (ShB) wird auch über neue Diagnose- und Therapiemöglichkeiten informiert, häufig in der Zusammenarbeit mit Fachärzten, die die ergänzende Leistung der Selbsthilfegruppen schätzen und unterstützen. Das sollten Sie noch wissen: Wir können nicht die Tätigkeit von Ärzten oder Therapeuten ersetzen, aber die Teilnehmer an den Gesprächskreisen der SHG können sich über Diagnose, Behandlungsmöglichkeiten und Nachsorge beim Blasenkrebs informieren. Sie können mit an deren Betroffenen ihre Erfahrungen austauschen, die bei der Bewältigung der Krankheit helfen, und auch Dinge hören, die man sonst nicht erfährt. Durch die enge Zusammenarbeit mit der Klinik erhalten die Teilnehmer bei Vorträgen Informationen aus erster Hand. Wir wollen aber nicht nur über Sorgen und Probleme sprechen, sondern auch gemeinsam lachen und unsere Lebensqualität steigern. Wir freuen uns auf Ihren Kontakt mit uns.*

Generationentreff  
Frankfurter Str. 58  
63628 Bad Soden-Salmünster

Termine: *jeden dritten Mittwoch in geraden Monaten 17:00 – 19:00 Uhr*

Homepage [www.shgbh.de](http://www.shgbh.de)

---

## **Blasenkrebs-Selbsthilfegruppe Frankfurt**

Universitätsklinikum Frankfurt  
Haus 23 C, EG, Seminarraum C33 B  
Urologie-Ambulanz  
Theodor-Stern-Kai 7  
60590 Frankfurt am Main

Homepage <http://www.blasenkrebs-SHG-Frankfurt.de>  
Homepage [www.shgbh.de](http://www.shgbh.de)

*Termine:* 3. Dienstag im Monat, 18:00 – 20:00Uhr

---

## **Blasenkrebs-Selbsthilfegruppe Wetterau**

Kurpark-Klinik Bad Nauheim  
Raum Taunus  
Kurstraße 41-45  
61231 Bad Nauheim

*Termine:* 3. Mittwoch im Monat, 18:00 Uhr

Homepage <http://www.blasenkrebs-shg-wetterau.de>  
Homepage [www.shgbh.de](http://www.shgbh.de)

---

## **Hirntumore**

### **Selbsthilfegruppe Hirntumor – Aschaffenburg / Miltenberg**

Termine : jeden 3. Mittwoch im Monat um 15 Uhr

Alte Rathaus in Eisenfeld, Ortsteil Rück

---

## **Selbsthilfegruppe für Gehirntumore im Landkreis Miltenberg und Umgebung**

Termine: 2.Mittwoch eines Monats, von 15:00 bis 17:00 Uhr

Gemeindehaus Damm St. Paulus  
Paulusstr. 15  
637 41 Aschaffenburg

---

## **Selbsthilfegruppe Hirntumoren Frankfurt am Main**

Selbsthilfegruppe für Hirntumorpatienten und/oder deren Angehörige im Rhein-Main-Gebiet.

Termine: jeden 3. Donnerstag im Monat, von 18:00 bis 20:00 Uhr  
Erstbesuch mit Voranmeldung per Email

---

# **Kehlkopfkrebs**

## **Bezirksverein der Kehlkopfloren Frankfurt e.V.**

*Selbsthilfegruppe für Patienten mit Tumoren der oberen Atem- und Speisewege. Eigene Erfahrungen und Kenntnisse werden an andere Betroffene und deren Angehörige weitergegeben. Die Patientenbetreuer der Kehlkopfloren-Frankfurt stehen erkrankten Patienten vor und nach der Operation beratend und helfend zur Seite. Bei regelmäßigen Treffen wird gemeinsam diskutiert, informiert und unterstützt.*

### **Termine:**

- jeden zweiten Donnerstag im Monat um 14:30 Uhr im Bürgerhaus Frankfurt Griesheim (Saalbau AG) direkt neben der S-Bahnstation der Linie S1 und S2.
- jeden Donnerstag, um 09:30-11:00 Uhr in der HNO-Abteilung der Uni-Klinik Frankfurt Raum 313 zu erreichen.
- im St. Marien-Krankenhaus und in der HNO-Klinik Darmstadt-Eberstadt beraten und betreuen wir nach Absprache mit der HNO-Abteilung oder den betroffenen Patienten.

*Termine mit Voranmeldung*

Homepage [www.kehlkopfloren-frankfurt.de](http://www.kehlkopfloren-frankfurt.de)

---

# Kopf-Hals-Tumore

**Sichtbar e.V.**  
**Hilfe für Menschen mit Kopf-Hals-Tumoren**

Sichtbar e.V.  
Friedensstraße 39  
61118 Bad Vilbel

- *Begleitung bei Therapie- und Aufklärungsgesprächen mit den verschiedenen Ärzten*
- *Besuche im Krankenhaus – direkt am Tag vor der Operation oder danach*
- *Informationen, Tipps und Austausch über die Erkrankung und das Leben nach der Diagnose Krebs*
- *Trauerbewältigung*
- *Regelmäßige Treffen und immer ein offenes Ohr*

Homepage [www.sichtbar-frankfurt.de](http://www.sichtbar-frankfurt.de)

---

## Krebs bei Frauen

**Flügelbruch e.V. – Krebs ist kein Tabu**

*Gemeinnütziger Verein zugunsten (ehemaliger) Krebspatienten und deren nächste Verwandte aus dem Rhein-Main-Gebiet. Unterstützung aus der eigenen Region.*

- ◆ Erlebnisse ◆ Hilfe zur Selbsthilfe ◆ Wunscherfüllung
- ◆ Selbsthilfegruppe ◆ Gruppentreffen ◆ gemeinsame Ausflüge
- ◆ (finanzielle) Unterstützung ◆ Krebsbücherei

Homepage [www.fluegelbruch.de](http://www.fluegelbruch.de)

### **-Selbsthilfegruppe**

Ehemalige Kantine der Stadtverwaltung Hanau  
Am Markt  
63450 Hanau

**Termine:** 2. Mittwoch im Monat, 14:00 Uhr; telefonische Anmeldung erbeten

### **-Gruppentreffen für Betroffene und ehemalige Betroffene**

Termine: alle zwei Monate in verschiedenen Lokalitäten in Hanau, Termine und Orte auf der Homepage; Anmeldung per Mail erbeten

---

### **FSH Frauenselbsthilfe Krebs –Landesverband Hessen e.V. – Gruppe Gründau-Main-Kinzig**

*Die Selbsthilfegruppe trifft sich ab dem 20.07.2023,*

- um Erfahrungen auszutauschen*
- zu Vorträgen aus allen onkologischen Bereichen*
- um der Lebensfreude trotz Krebs Raum zu geben*

*die treffen sind unverbindlich und kostenlos.*

Evangelische Kirchengemeinde „Auf dem Berg“  
Paul-Gerhardt-Str. 2  
63584 Gründau-Lieblos

Termine: an jedem 3.Donnerstag im Monat, um 18:00-20:00Uhr

---

### **Selbsthilfegruppe Krebserkrankungen - Freigericht**

*Gesprächsgruppe für Betroffene und Angehörige*

Termine: jeden Donnerstag um 15:30 oder 18Uhr, Ort bitte erfragen

---

### **Frauenselbsthilfe nach Krebs –Landesverband Hessen e.V. - Gruppe Maintal**

*Erfahrungen auszutauschen~gegenseitig sich Unterstützen~Neuigkeiten aus dem Gesundheitssystem erfahren~Vorträge von Expertinnen~um der Lebensfreude trotz Krebs Raum zu geben!*

*Ort und Thema bitte telefonisch erfragen*

Termine: Jeden ersten Dienstag im Monat, 14:30 Uhr und jeden letzten Dienstag im Monat Abendgruppe für Berufstätige um 18:30

Homepage [www.fsh-maintal.de/programm.html](http://www.fsh-maintal.de/programm.html)  
[www.frauenselbsthilfe.de](http://www.frauenselbsthilfe.de)



---

## **Frauenselbsthilfe Krebs –Landesverband Hessen e.V. - Gruppe Büdingen**

*Auffangen - Informieren - Begleiten - nach der Diagnose Krebs*

Homepage [www.frauenselbsthilfe.de](http://www.frauenselbsthilfe.de)

Treffen:

**Gesprächskreis:** am zweiten Dienstag im Monat ab 14.30 Uhr im Haus Walburga (katholisches Pfarrhaus), Steinweg 21, 63654 Büdingen

**Stammtisch:** am dritten Donnerstag im Monat ab 18.00 Uhr an wechselnden Orten (bitte erfragen)

**Kreatives Treffen:** am vierten Dienstag im Monat ab 14.00 Uhr bis ca. 16.30 Uhr im evang. Gemeindehaus in Büdingen-Vonhausen, Ellernweg 21

Die Teilnahme ist unverbindlich und kostenlos. Für die Planung wird um eine Anmeldung gebeten.

---

## **Frauenselbsthilfe nach Krebs –Landesverband Hessen e.V. – Gruppe Frankfurt**

*Auffangen - Informieren - Begleiten - nach der Diagnose Krebs*

Fürstenberger Straße 27  
60322 Frankfurt

Termine: 2. Montag im Monat, 17:00 Uhr

Homepage [www.frauenselbsthilfe.de](http://www.frauenselbsthilfe.de)

---

# Leukämie / Hämatologische Erkrankungen

## Leukämie- und Lymphom-Hilfe in Hessen e.V. – Selbsthilfegruppe Hanau

*Zu unserer Gruppen gehören Menschen, die an einer Leukämie oder einem Lymphom erkrankt sind. Auch Partner und Freunde von Betroffenen sind bei uns willkommen.*

*Wir bieten monatliche Patientenstammtische an.*

- *Informationen zur Erkrankung*
- *offene Gespräche und Ratschläge*
- *Stärkung des Selbstbewusstseins bei der Verarbeitung der Erkrankung*
- *Integration von Angehörigen*

Homepage [www.llhh.de](http://www.llhh.de)

Termine: Die Gruppe "Hanau" trifft sich in der Regel jeden 2. Mittwoch im Monat im Klinikum Hanau.

---

## Leukämie- und Lymphom-Hilfe in Hessen e.V.

*Informationen zur Erkrankung*

*Offene Gespräche und Ratschläge*

*Stärkung des Selbstbewusstseins bei der Verarbeitung der Erkrankung*

*Integration von Angehörigen*

*Für Patienten nach Therapie oder/und Patienten, die einen Patientenstammtisch nicht besuchen wollen oder können, betreiben wir eine Online-Selbsthilfegruppe.*

## **-Selbsthilfegruppe Bad Homburg / Hochtaunuskreis**

Aktuelle Termine der Treffen auf der Homepage

Homepage: [www.llhh.de](http://www.llhh.de)

---

## **Leukämie- und Lymphom-Hilfe in Hessen e.V. – Gruppe Darmstadt-Dieburg**

*-Patientenstammtisch*

**Termine:** *Mit Voranmeldung, um genauen Treffpunkt und Zeit zu erfahren.  
4. Dienstag im Monat, 20:00 Uhr, bei telefonischer Anmeldung wird  
auch der Treffpunkt mitgeteilt. Treffen finden auch online statt.*

Homepage [www.llhh.de](http://www.llhh.de)

---

## **Leukämie- und Lymphom-Hilfe in Hessen e.V. – Leukämie-Phoenix Online Selbsthilfegruppe**

*-Online Selbsthilfegruppe für Patienten mit Langzeitfolgen nach Therapie  
(Schwerpunkt allogene Stammzelltransplantation)*

Homepage [www.leukaemie-phoenix.de](http://www.leukaemie-phoenix.de)

Homepage [www.llhh.de](http://www.llhh.de)

---

# **Myelom**

## **Myelom-Gruppe-Rhein-Main**

*-ist eine Untergruppe der Leukämiehilfe RHEIN-MAIN e.V. (LHRM e.V.) und bietet  
Myelom-Patienten/Patientinnen, deren Angehörigen sowie Freunden Interessenvertre-  
tung, Kontakte und Informationen an.*

**Termine:** *letzter Donnerstag im ersten Monats Quartals (Januar, April, Juli, Oktober),  
ab 18:00Uhr, Treffpunkt bitte telefonisch bzw. per E-Mail in der Ge-  
schäftsstelle der LHRM e.V. erfragen.*

Homepage [www.LHRM.de](http://www.LHRM.de) und [www.myelom.net](http://www.myelom.net)

---

# Morbus Waldenström

## Morbus Waldenström-Patienten Interessen Gemeinschaft (MoWa-IG)

*-ist eine Untergruppe der Leukämiehilfe RHEIN-MAIN e.V. (LHRMe.V.)*

*Termine: gemischter Stammtisch, immer am 1. Dienstag im Monat, ab 19:00 Uhr,  
Treffpunkt bitte telefonisch bzw. per E-Mail in der Geschäftsstelle der  
LHRM e.V. erfragen.*

Homepage [www.LHRM.de](http://www.LHRM.de)

---

# Lungenkrebs

## Lunge Hanau – Hilfe zur Selbsthilfe für Atemwegserkrankte und Angehörige

### Telefonische Beratung

---

### Atmen Selbsthilfegruppe

*SHG für Betroffene von Atemwegs-Störungen. Unter Anleitung wird der Gesprächs-  
kreis begleitet und die Teilnehmer und Teilnehmerinnen werden mit konkreten Übungen  
zu gesünderem und bewusterem Atmen angeleitet.*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig e.V.  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Termine: jeden Dienstag, um 15:00-16:00 Uhr

---

# Magenkrebs / Speiseröhrenkrebs / Pankreas- krebs / Nierenkrebs

**Arbeitskreis der Pankreatektomierten e.V. (AdP) –**

*-Pankreatektomierten und deren Angehörige*

## **Selbsthilfegruppen**

-Regionalgruppe Frankfurt

-Regionalgruppe Aschaffenburg

-Regionalgruppe Darmstadt

*Termine erfragen*

Homepage: [www.adp-bonn.de](http://www.adp-bonn.de)

---

## **GIST – Selbsthilfegruppe Rhein-Main**

*Selbsthilfegruppe für Personen mit Weichteil- / Weichgewebstumoren im Magen-  
Darm-Trakt*

Die GIST SHG Rhein-Main trifft sich - zu vorher festgelegten Terminen - etwa alle 6 -  
8 Wochen im:

Pfarrheim St. Crutzen  
Bischof-Brand-Strasse 13  
61440 Oberursel-Weißkirchen

*Termine:* Jeweils Dienstags ab 18:00 Uhr, etwa alle 6-8Wochen - Ort kann je nach Thema variieren. Mit Anmeldug.

Homepage [www.sarkome.de](http://www.sarkome.de)

---

## **Nierenkreb Nierenkrebs- Das Lebenshaus e.V.**

*-Organisation für Patienten mit Nierenkrebs und deren Angehörige  
Informationen – Veranstaltungen – Forum – Selbsthilfegruppen*

Homepage [www.daslebenshaus.org](http://www.daslebenshaus.org)

Das Lebenshaus e.V.  
Untergasse 36  
61200 Wölfersheim

Kostenfreies Telefon 0800-5885-800

## **-Patientengruppe Nierenkrebs Fulda**

*Termine: bitte Termine und Ort erfragen*

---

## **Melanome**

### **Melanom-Selbsthilfe „Orchidee“ für Betroffene und Angehörige – Selbsthilfegruppe Groß-Gerau**

Praxis Spektrum Rhein-Main  
Kirchstraße 3  
64521 Groß-Gerau

*Termine: 2. Samstag im Monat, 10:00 – 12:00 Uhr; Anmeldung erbeten*

Homepage [www.melanom-selbsthilfe-orchidee.de](http://www.melanom-selbsthilfe-orchidee.de)

---

## **Melanom-Selbsthilfe „Orchidee“ für Betroffene und Angehörige – Selbsthilfegruppe Frankfurt**

Haus der katholischen Seelsorge an den Unikliniken  
Ludwig-Rehn-Straße 7  
60596 Frankfurt am Main

*Termine: 1. Montag im Monat, 19:00 – 21:00 Uhr, Anmeldung erbeten*

Homepage [www.melanom-selbsthilfe-orchidee.de](http://www.melanom-selbsthilfe-orchidee.de)

---

## **Prostatakrebs**

### **Prostatakrebs Selbsthilfegruppe Gelnhausen**

Sekos Gelnhausen  
Raum 1  
Bahnhofstraße 12  
63571 Gelnhausen

*Termine: 1x Monatlich freitags, 17Uhr*

---

### **Selbsthilfegruppe Prostatakrebs Rhein-Main Offenbach**

Klinikum Offenbach  
Neues Gebäude – Raum „Helmut Nier“  
Starkenburgring 66  
63069 Offenbach

*Termine: 1. Donnerstag im Monat, 18:00 Uhr*

Homepage [www.pkshg-of.de](http://www.pkshg-of.de)

---

## **Selbsthilfegruppe Prostatakrebs am Universitätsklinikum Frankfurt**

Universitätsklinikum Frankfurt  
Haus 23 C, EG, Seminarraum S333C  
Eingang Urologie und Kinderurologie  
Theodor-Stern-Kai 7  
60590 Frankfurt am Main

*Termine: 2. Dienstag im Monat, 17:30 Uhr, mit telefonischer Voranmeldung,  
Ort wird per E-Mail bekanntgegeben.*

Homepage [www.psh-unifrankfurt.de](http://www.psh-unifrankfurt.de)

---

## **Lippen-Gaumen-Kiefer-Fehlbildungen**

**Selbsthilfevereinigung für Lippen-Gaumen-Fehlbildungen e.V.  
Wolfgang Rosenthal Gesellschaft**

Stammtisch der Regionalgruppe Frankfurt im Landesverband Hessen  
Sonnemannstraße 3  
6. Stock (Selbsthilfekontaktstelle)  
60314 Frankfurt am Main

*Termine: 1. Samstag im Monat ab 16:00 Uhr (vorherige Anmeldung erbeten)*

Homepage [www.LKG-selbsthilfe.de](http://www.LKG-selbsthilfe.de)

---

## **Lungenkrankheiten**

**Lunge Hanau – Hilfe zur Selbsthilfe für Atemwegserkrankte und Angehörige**

*Telefonische Beratung*

---



## **Atmen Selbsthilfegruppe**

*SHG für Betroffene von Atemwegs-Störungen*

*SHG für Betroffene von Atemwegs-Störungen. Unter Anleitung wird der Gesprächskreis begleitet und die Teilnehmer und Teilnehmerinnen werden mit konkreten Übungen zu gesünderem und bewusterem Atmen angeleitet.*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig e.V.  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Termine: jeden Dienstag, um 15:00-16:00 Uhr

---

## **Selbsthilfegruppe Covid – 19 - Hanau Long/ Post Covid, Post – VAC und ME/CFS**

*Die Selbsthilfegruppe möchte Betroffenen die an den Folgen einer Covid-19 Infektion oder den Folgen einer Impfung leiden, den Raum geben, miteinander ins Gespräch zu kommen. Gleichermäßen Willkommen sind auch Betroffene von ME/CFS, mit einem anderen Auslöser der Erkrankung sowie die Angehörigen der Erkrankten.*

*Betroffene haben die Möglichkeit, Kontakte zu Mitbetroffenen zu knüpfen, ihr Wissen über die Erkrankung und deren Symptome zu teilen und sich über lebenspraktische Erfahrungen sowie neue Erkenntnisse auszutauschen.*

*Termine: letzter Donnerstag im Monat, um 15 Uh,  
vor dem ersten Gruppenbesuch Telefonische Anmeldung notwendig.*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Telefon: 06181/25 55 00

---

## Selbsthilfegruppe Long/ Post Covid-19-Erkrankte - Friedberg

*Mindestens zehn Prozent aller an Covid-19-Erkrankten leiden nach einer Infektion an unterschiedlichen gesundheitlichen Beschwerden, die länger als drei Monate anhalten. Im Wetteraukreis haben nun Betroffene, die an Long Covid leiden, die Möglichkeit Kontakte zu Mitbetroffenen zu knüpfen und ihr Wissen über die Covid-19-Erkrankung und deren Symptome zu teilen und sich über lebenspraktische Erfahrungen sowie Erkenntnisse auszutauschen.*

### Post/Long Covid Selbsthilfegruppe 1

- Alle 2 Wochen Montags
- Uhrzeit: 18:00-19:45 Uhr
- Treffpunkt: Friedberg

### Post/Long Covid Selbsthilfegruppe 2

- Alle 2 Wochen Dienstags
- Uhrzeit: 18:00-19:45 Uhr
- Treffpunkt: Friedberg

### Post/Long Covid Selbsthilfegruppe 3

- mit oder ohne Teilnahme an einem Reha-Sport-Angebot Dienstags
- Uhrzeit: 19:00 Uhr
- Treffpunkt: Groß-Karben

### Ort

Europaplatz  
61169 Friedberg  
Hessen

Kontakt unter:

**<https://wetteraukreis.de/selbsthilfe/selbsthilfegruppen/long-covid>**  
**<https://wetteraukreis.de/selbsthilfe>**

---

## **Migräne und Kopfschmerzen**

### **Selbsthilfegruppe Schmerzlos**

*Für Menschen mit chronischen Schmerzen und ihre Angehörige.  
Unterstützung, Motivation, Informations- und Erfahrungsaustausch von Betroffenen  
und Angehörigen.*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

*Termine: 1. Freitag im Monat, 17:00 Uhr*

---

### **Selbsthilfegruppe Migräne Frankfurt**

Selbsthilfekontaktstelle Frankfurt  
Sonnemannstraße 3  
6. OG  
60314 Frankfurt am Main

*Termine: 2. Mittwoch im Monat, 20:00 Uhr*

Beratung zu Selbsthilfegruppen 069/ 55 94 44  
Mo und Dienstag 10:00-14:00 Uhr, Donnerstag 15:00-19:00 Uhr

---

## **Morbus Bechterew**

### **Bechterew-Gruppe Hanau**

*Die Selbsthilfe bietet individuelle und gezielte Unterstützung bei der Alltags- und Krankheitsbewältigung, die Möglichkeit zum gegenseitigen Austausch, Lebenshilfe und sozialen Rückhalt. Auch für mitbetroffene Angehörige erfüllt die Gruppe eine wesentliche Betreuungsfunktion.*

Freie Evangelische Gemeinde Hanau  
Weimarer Straße 35

63454 Hanau

Termine: donnerstags, 17:30 Uhr

Homepage [www.dvmb-hessen.de](http://www.dvmb-hessen.de)

---

## **Multiple Sklerose**

### **DMSG Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft MS-Gruppe Hanau und Umgebung**

*Die Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft (DMSG) ist eine Selbsthilfeorganisation, in der hauptamtliche und ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gemeinsam das Ziel verfolgen, MS-Betroffene und ihre Angehörigen zu betreuen und ihnen Unterstützung in der Bewältigung der Krankheit zukommen zu lassen.*

*Die MS-Gruppe Hanau und Umgebung "Die MainSchwäne" ist eine Selbsthilfegruppe, die im Oktober 1980 von Frau Elisabeth Huhn mit Hilfe von Frau Dipl. Sozialarbeiterin Anne Bayer vom Landesverband Hessen gegründet wurde. Seit 2016 wird die Gruppe von Kerstin Wich geleitet. Mitglieder der Gruppe sind zahlreiche MS-Betroffene aus dem Main-Kinzig-Kreis, Familienangehörige und mehrere ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.*

#### **„Die Main-Schwäne“**

Homepage [www.ms-gruppe-hanau.de](http://www.ms-gruppe-hanau.de)

Termine: Donnerstag 1x monatlich , 15:00 – 17:00 Uhr (nach telefonischer Absprache)

#### **Junge Gruppe Hanau – „MS – Küken“**

*Junge MS-Betroffene suchen dann vorrangig den Kontakt zu Gleichaltrigen, die ebenfalls an MS erkrankt sind. Umgang mit der Diagnose, Freunde, Beziehung, Sexualität, Familienplanung, Beruf, Ausbildung und Studium: Das sind die Themen, die junge Menschen beschäftigen und über die sie sich mit anderen jungen MS-Betroffenen austauschen möchten.*

#### **-Betroffene beraten Betroffene**

## **Kontaktadaten der Homepage zu entnehmen**

Homepage [www.ms-gruppe-hanau.de](http://www.ms-gruppe-hanau.de)

---

### **DMSG Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft „Die Schmetterlinge“ Erlensee, Langenselbold und Umgebung**

*Der Treff ist komplett auf die Bedürfnisse von Rollstuhlfahrer ausgerichtet. Von 14.30 Uhr bis 16.00 Uhr haben wir unsere verschiedenen Therapien (Feldenkrais, Autogenes Training, Gedächtnistraining ) und danach findet ein gemütliches Beisammensein bei Tee, Kaffee und Kuchen statt. Mitglieder die auf einen Fahrdienst angewiesen sind, werden abgeholt.*

Homepage [www.langenselbold.dmsg-hessen.de](http://www.langenselbold.dmsg-hessen.de)

*Termine: jede 2. Mittwoch im Monat, ab 14:30 Uhr*

SHK Erlensee  
Am Rathaus 65b  
63526 Erlensee

---

### **Multiple Sklerose Gründau**

Termine: jeden dritten Montag im Monat, 17:00-20:00 Uhr

Bürgerhaus Gründau – Lieblos

---

### **MS-Treff Nidderau in Zusammenarbeit mit der DMSG Hessen**

Rathaus der Stadt Nidderau  
Am Steinweg 1  
Raum U.01 (Zugang von hinten über den Parkplatz)  
61130 Nidderau

*Termine: letzter Dienstag im Monat, 16:00 – 18:00 Uhr*

Homepage [www.dmsg-hessen.de](http://www.dmsg-hessen.de)

Betroffene beraten Betroffene

Familienzentrum der Stadt Nidderau  
Gehrener Ring 5 (Zugang über den Stadtplatz)  
61130 Nidderau

*Termine: letzter Donnerstag im Monat, 10:00 – 12:00 Uhr*

---

## **Organtransplantation**

### **Selbsthilfegruppe für Leber-/ Organtransplantierte, Wartepatienten und Angehörige - Florstadt**

*In der Selbsthilfe Gruppe stehen Begegnungen, Betreuung und Beratung im Mittelpunkt.*

SHO  
Frankfurter Straße 19  
61197 Florstadt

*Termine: 4 Treffen im Jahr im Universitätsklinikum Frankfurt, 6 weitere Treffen in Frankfurt sowie Betreuung von Patienten während des Aufenthaltes in der Klinik (Termine auf Anfrage)*

Universitätsklinikum Frankfurt  
Gastro-Ambulanz  
Haus 23, EG, Raum 212  
Theodor-Stern-Kai 7  
60590 Frankfurt

*Termine: Jeden 1. Freitag und jeden 3. Donnerstag im Monat Beratung in der Gastroambulanz des Universitätsklinikums Frankfurt (s. oben)*

Homepage [www.sho-rheinmain.de](http://www.sho-rheinmain.de)

---

## **Osteoporose**

### **Osteoporose – Selbsthilfegruppe Gelnhausen Bundesselbsthilfeverband für Osteoporose e.V.**

*In der Selbsthilfegruppe Osteoporose Gelnhausen können Sie sich über das Krankheitsbild Osteoporose informieren, mit Fachleuten und Betroffenen über ihre Beschwerden und Unsicherheiten nach der Diagnose sprechen.*

*Ein reger Gedankenaustausch und Geselligkeit sind uns genauso wichtig wie das wöchentliche Funktionstraining in kleinen Therapiegruppen.*

Gruppenabende, sehr oft mit Vorträgen, finden regelmäßig mit der Gruppe statt.

Homepage [www.lv-hessen.osteoporose-deutschland.de](http://www.lv-hessen.osteoporose-deutschland.de)

---

### **Osteoporose – Selbsthilfegruppe Seligenstadt – Bundesselbsthilfeverband für Osteoporose e.V.**

*Monatstreffen der Osteoporose-SHG Seligenstadt zum Informationsaustausch.  
Interessenten sind zum Kennenlernen herzlich willkommen.*

Aktuelle Termine unter: <https://events.unser-seligenstadt.de>

Frankfurter Hof  
Marktplatz 3  
Seligenstadt

Homepage [www.osteoporose-deutschland.de](http://www.osteoporose-deutschland.de)

---

### **Osteoporose SHG Bad Soden**

*Erfahrungsaustausch und Information*

*Gezielte Osteoporosegymnastik*  
Montags und Donnerstags  
In der St. Marienlinik, Bad Soden - Salmünster  
Aktuelle Termine bitte erfragen

---

## **Poliomyelitis**

**Selbsthilfegruppe Poliomyelitis – Bad Nauheim**

**Bundesverband Poliomyelitis e.V. – Landesverband Hessen**

*Interessengemeinschaft von Personen mit Kinderlähmungsfolgen*

Homepage [www.polio-hessen.de](http://www.polio-hessen.de)

---

## **Rheuma**

### **Selbsthilfegruppe Rheuma - Hanau Rheuma-Liga Hessen e.V.**

*Selbsthilfegemeinschaft von rheumakranken Menschen für rheumakranke Menschen.*

Homepage [www.rheuma-liga-hessen.de](http://www.rheuma-liga-hessen.de)

Zum Goldenen Löwen  
Hanauer Vorstadt 1  
63450 Hanau

Termine: *jeden 2. Mittwoch im Monat, 18:00 Uhr*

---

### **Selbsthilfegruppe Rheuma - Bad Orb**

Termine: *bitte erfragen*

---

## **Schilddrüsenerkrankungen**

### **Schilddrüsenerkrankungen Selbsthilfe - Frankfurt**

Selbsthilfe e.V.  
Selbsthilfe-Kontaktstelle Frankfurt  
Sonnemannstraße 3,  
60314 Frankfurt am Main

Beratung zu Selbsthilfegruppen 069/ 55 94 44  
Mo und Dienstag 10:00-14:00 Uhr, Donnerstag 15:00-19:00 Uhr

Homepage [www.selbsthilfe-frankfurt.net](http://www.selbsthilfe-frankfurt.net)

---



## **Schlaganfall**

### **Angehörigengruppe Aphasie**

*Aphasie ist eine erworbene Sprachstörung, die nach einer Hirnschädigung auftreten kann. Aphasiker können sich schlechter oder gar nicht mehr ausdrücken und verstehen Gesprochenes schlecht, auch die geschriebene Sprache ist meist beeinträchtigt. Von diesen Schwierigkeiten sind auch die Angehörigen der Aphasiker mit betroffen, denn in der Kommunikation können viele verschiedene Probleme auftreten. Oft geht mit der Aphasie ein sozialer Rückzug einher. Jede Aphasie verläuft unterschiedlich aber Aphasie kann jeden Treffen.*

*In der Gruppe findet ein Informations- und Erfahrungsaustausch statt.*

Termine: 2. Donnerstag im Monat, um 16:00 Uhr

Ort : Bäckerei Eifler Café in Langenselbold

Telefonische Voranmeldung erforderlich!

Homepage [www.hessenaphasie.de/aphasikerzentren/frankfurt/](http://www.hessenaphasie.de/aphasikerzentren/frankfurt/)

---

### **Selbsthilfegruppe Schaki e.V. - Schlaganfall bei Kindern - Hanau**

*Dieser Treff richtet sich an alle Schlaganfall-Kinder-Familien im Großraum Frankfurt - also u.a. aus Hanau, Wiesbaden, Darmstadt oder Mainz. Dieser Selbsthilfegruppe ist offen für neue Mitglieder und auch Interessierte.*

Lebenshilfe Hanau e.V.

Kinderhaus der Lebenshilfe

Gärtnerhaus

Landstr.1

63454 Hanau

Termine: vierteljährlich sonntags, nach Absprache, Termine können bei Gruppenleiterin telefonisch oder per Mail erfragt werden.

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

---

### **Selbsthilfegruppe für Schlaganfallbetroffene und gleichartig Behinderte, Bruchköbel**

Bürgerhaus Oberissigheim  
Waimerstraße 34  
63486 Bruchköbel

*Termine Stuhlgymnastik und Erfahrungsaustausch: dienstags, 14:00-16:00 Uhr*

---

### **Schlaganfall – SH-Gruppe-Gründau-Main-Kinzig**

Bürgerhaus Lieblos

Termine: jeden zweiten Donnerstag im Monat, 18:00Uhr

---

### **Fortschritt Frankfurt e.V. – Infantile Cerebral-Parese (ICP), Bewegungsstörungen**

*Der Verein bietet Therapiekurse und Beratung für Menschen mit Bewegungsstörungen, vor allem, wenn sie durch Schädigung des zentralen Nervensystems verursacht sind. Die Therapie orientiert sich an dem Therapieansatz des ungarischen Arztes András Petö und wird von Fachpersonal mit großer Regelmäßigkeit durchgeführt. Sie findet in der Gruppe statt (Schulalter bis junge Erwachsene), da die Personen damit auch soziale Kontakte aufbauen können, mehr Spaß haben und motivierter sind. Einzeltherapien sind ebenfalls möglich.*

Termine: bitte telefonisch erfragen

---

## **Sklerodermie**

### **Sklerodermie Selbsthilfe e.V. – Regionalgruppe Wetterau**

*In unseren Regionalgruppen besteht eine Atmosphäre des Verstehens und Vertrauens. Ängste, Hoffnungslosigkeit und Sorgen werden minimiert – berechnete Hoffnungen werden offen gelegt. Tipps helfen den Alltag leichter zu bewältigen und ein reger Erfahrungsaustausch sorgt für mehr Wissen um die seltene und hoch komplizierte Erkrankung. Zudem hilft das Wissen der Betroffenen nicht nur den anderen Betroffenen, sondern über die Selbsthilfe auch der Wissenschaft und den Ärzten.*

Kerckhoff-Klinik  
Benekestraße 2-8  
61231 Bad Nauheim

Termine: viermal im Jahr, bitte erfragen

Homepage [www.sklerodermie-sh.de](http://www.sklerodermie-sh.de)

---

### **Sklerodermie Selbsthilfe e.V. – Regionalgruppe Frankfurt am Main**

Cafeteria  
Auguste Oberwinterhaus  
Burgfriedenstraße 7  
60489 Frankfurt (Rödelheim)

Termine: jeder 3. Samstag in den geraden Monaten um 14:30 Uhr,  
mit Anmeldung

Homepage [www.sklerodermie-sh.de](http://www.sklerodermie-sh.de)

---

## **Skoliose**

### **Skoliose Selbsthilfe Gruppe Gelnhausen**

*Tauschen Sie sich in Selbsthilfegruppen direkt mit anderen Betroffenen aus. Auf diese Weise erhalten Sie zahlreiche Kontakte, Tipps und Tricks. So lässt sich sicherlich auch das eine oder andere Problem durch die verschiedenen Erfahrungen der Gruppenteilnehmer leicht klären. Die Selbsthilfegruppen sind dabei für alle Altersgruppen offen, von jung bis alt.*

Sekos Gelnhausen

Raum 2  
Bahnhof Straße 12  
63571 Gelnhausen

Termine: Termine: 4. Donnerstag im Monat mit Voranmeldung  
Homepage: [www.bundesverband-skoliose.de](http://www.bundesverband-skoliose.de)  
SHG Skoliose Gelnhausen



---

## **Stottern**

### **Landesverband Hessen der Stotterer-Selbsthilfe e.V. – Gruppe Darmstadt**

*Unterstützung für Stotternde Menschen und Ihre Angehörigen*

Michaelsgemeinde Darmstadt  
Liebfrauenstraße 10  
64289 Darmstadt

Termine: einmal monatlich, dienstags oder donnerstags, 19:00-21:00 Uhr

Homepage [www.darmstadt.stottern-hessen.de](http://www.darmstadt.stottern-hessen.de)  
Homepage [www.stottern-hessen.de](http://www.stottern-hessen.de)

---

### **Landesverband Hessen der Stotterer-Selbsthilfe e.V. – Flow-Gruppe Darmstadt**

*Die junge Sprechgruppe des BVSS e.V. für junge Stotternde.*

Michaelsgemeinde Darmstadt  
Jugendraum  
Liebfrauenstraße 10  
64289 Darmstadt

Termine: bitte Erfragen

Homepage [www.flow-sprechgruppe.de](http://www.flow-sprechgruppe.de)  
Homepage [www.stottern-hessen.de](http://www.stottern-hessen.de)

---

## **Stotterer-Selbsthilfegruppe Frankfurt / Flow-Frankfurt**

„Die Basis“  
(Gruppenraum im Hinterhof)  
Lenastr. 38  
60318 Frankfurt am Main

Termine: *jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat, 19:00 Uhr*

Homepage <https://www.flow-sprechgruppe.de/bestehende-gruppen/frankfurt-am-main/>

Homepage [www.stottern-hessen.de](http://www.stottern-hessen.de)

---

## **Tinnitus**

### **Tinnitus Selbsthilfegruppe Gelnhausen**

*Wir sind eine Gruppe von Menschen, die von Ohrgeräuschen betroffen sind.....*

*In Selbsthilfegruppe möchten wir Sie über Tinnitus informieren und, wenn Sie betroffen sind, einladen an unseren Treffen teilzunehmen.*

Selbsthilfekontaktstelle Gelnhausen  
1. OG, Raum 2  
Bahnhofstraße 12  
63751 Gelnhausen

Termine: *jeden 2. Dienstag im Monat, 19:00 Uhr*

Homepage [www.tinnitus-shg-gelnhausen.de](http://www.tinnitus-shg-gelnhausen.de)

---

## **Unheilbar erkrankte Kinder**

### **Ambulanter Kinder- und Jugendhospizdienst Hanau**

*Der Ambulante Kinder- und Jugendhospizdienst Hanau begleitet und unterstützt lebensverkürzend erkrankte Kinder und Jugendliche und ihre Familien.*

*Aufgaben des Ambulanten Kinderhospizdienstes sind die Lebensbegleitung der gesamten Familie zu Hause, Sterbe- und Trauerbegleitung sowie Beratungsgespräche und Unterstützung der Hilfe zur Selbsthilfe.*

*Ausgebildete ehrenamtliche Begleiter\*innen unterstützen und begleiten die gesamte Familie ab der Diagnose, im Sterben und über den Tod hinaus.*

Hospitalstraße 2  
63450 Hanau

Homepage [www.akhd-hanau.de](http://www.akhd-hanau.de)

---

## **LaLeLu e.V. – Unterstützung von Familien mit unheilbar erkrankten Kindern im Main-Kinzig-Kreis**

*Unterstützung, Beratung und Begleitung für Familien mit unheilbar kranken und verstorbenen Kindern.*

*LaLeLu e.V. versteht sich als der Leuchtturm der fest, ruhig und voller Kraft an einem Platz am Ufer steht. Das aussendende Licht sind die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen von LaLeLu, die beraten, begleiten und unterstützen. Die Schiffe und Boote sind die Familien im Sturm. Das Licht des Leuchtturms kann den Booten und Schiffen Orientierung, Zuversicht und Hoffnung senden. Mit seiner unermüdlichen Leuchtkraft können Menschen in Seenot das Festland nicht aus den Augen verlieren. Das vermittelt Stabilität und das Gefühl nicht allein zu sein. LaLeLu e.V.*

Kirchstraße 19a  
63486 Bruchköbel (Rossdorf)

Home [www.laleluev.de](http://www.laleluev.de)

---

# **SUCHT / ABHÄNGIGKEIT**

## **Allgemein**

### **Selbsthilfegruppe Sucht**

*Sucht-Selbsthilfe basiert auf dem freiwilligen Zusammenschluss von Betroffenen und Angehörigen. Selbstbestimmter, regelmäßiger Austausch in der Gruppe ist das Kennzeichen der Selbsthilfe.*

*Ziel ist es, die Abhängigkeitsproblematik zu bewältigen. Eine Selbsthilfegruppe unterstützt dabei, (wieder) soziale Kontakte und neue Perspektiven zu finden sowie Isolation und Ausgrenzung zu überwinden.*

Gruppe für Betroffene und Angehörige

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Termine: *mittwochs,*

1. Gruppe 17:00-18:45 Uhr

2. Gruppe: 19:00 – 20:30 Uhr

Homepage: [www.bzhanau-main-kinzig.de](http://www.bzhanau-main-kinzig.de)

Telefon: 06181/ 25 55 00

---

### **Freundeskreis e.V.**

*Selbsthilfegruppe für Alkoholabhängige, Suchtkranke und deren Angehörige.*

*Gruppe teilt nicht nur Probleme und erlebte Erfahrungen miteinander, sondern auch Freizeit in einem abstinenten Leben.*

*„Wir sitzen alle in einem Boot, wer bereit ist auszusteigen, kann bei uns einsteigen.“*

Homepage: [www.freundeskreis.de](http://www.freundeskreis.de)

### **Selbsthilfegruppen**

-Freundeskreis Hanau

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Termine: montags, 18:30-20:00 Uhr

-Freundeskreis Büdingen

Düddelsheim Verwaltungsstelle  
Schulstraße 10  
63654 Büdingen

Termine: *montags, 19:30 Uhr*

Sucht Beratung auch im Nidderau Heldenbergen möglich.

-Freundskreis Altstadt

Evangelische Kirchengemeinde Martin Luther  
Evangelisches Gemeindehaus  
Herrnstraße 11  
63674 Altstadt-Waldsiedlung

Termine: mittwochs, 20:00 Uhr

---

### **Kreuzbund Diözesanverband Fulda e.V. – Kreuzbundgruppe Langenselbold**

*Die Kreuzbundgruppen stehen allen suchtbetroffenen Menschen offen: Suchtkranken, Angehörigen und Interessierten. Er macht keine Unterschiede in Religion, Hautfarbe, Stand etc.. Die Gruppenarbeit ermöglicht es den Teilnehmern, sich im Alltag zurecht zu finden, ihre Probleme zu lösen und eine positive Lebenseinstellung zu gewinnen. Darüber hinaus fördert und praktiziert der Kreuzbund eine suchtmittelfreie Freizeitgestaltung.*

Katholisches Pfarrgemeindehaus St. Maria  
Wilhelmstraße 29  
63505 Langenselbold

Termine: mittwochs, 14-täglich, in den ungeraden Kalenderwochen, 18:00 Uhr

Homepage [www.kreuzbund-fulda.de](http://www.kreuzbund-fulda.de)

---

### **Kreuzbund Diözesanverband Fulda e.V. – Kreuzbundgruppe Gelnhausen**

*Die Kreuzbundgruppen stehen allen suchtbetroffenen Menschen offen: Suchtkranken, Angehörigen und Interessierten. Er macht keine Unterschiede in Religion, Hautfarbe, Stand etc.. Die Gruppenarbeit ermöglicht es den Teilnehmern, sich im Alltag zurecht zu finden, ihre Probleme zu lösen und eine positive Lebenseinstellung zu gewinnen. Darüber hinaus fördert und praktiziert der Kreuzbund eine suchtmittelfreie Freizeitgestaltung.*

Herzbachweg 65 (Flachbau)  
63571 Gelnhausen



Termine: dienstags, 17 Uhr Informationsgruppe  
dienstags, 18 Uhr Gruppe 2  
dienstags, 19:30 Uhr Gruppe 1

Homepage [www.kreuzbund-fulda.de](http://www.kreuzbund-fulda.de)

---

## **Guttempler Landesverband Hessen – Gemeinschaft Main-Kinzig, Hanau**

*Beratung, Betreuung und Nachsorge für Alkoholranke, Gefährdete und deren Angehörigen.*

*In der Suchtselbsthilfe kommen Menschen zusammen, die das Thema Sucht verbindet. Dabei geht es um die Gemeinschaft, den Austausch auf Augenhöhe und die eigene Betroffenheit. Hier bist Du mit Deiner Sucht nicht allein und profitierst von den Erfahrungen anderer.*

Im Haus der Arbeiter Wohlfahrt  
Direkt am Heinrich Fischer Bad  
Eugen-Kaiser-Straße 17a  
63450 Hanau

Homepage [www.guttemplerhessen.de](http://www.guttemplerhessen.de)

## **Nottelefon Sucht 0180/365 24 07** **365 Tage, 24 Std., 7Tage die Woche**

9 Cent aus dem deutschen Festnetz, Mobilfunk abweichend

Termine:  
Treffen Gesprächsgruppe: jeden 1. und 3. Dienstag im Monat 18:00-19:15 Uhr

Treffen Gemeinschaft: jeden 1 und 3 Dienstag im Monat, ab 19:30 Uhr

---

## **Alternative '08 – Maintal Dörnigheim**

*Offene Selbsthilfegruppe für stoffgebundene Abhängigkeitserkrankte, Gefährdete und Angehörige aller Altersklassen mit Schwerpunkt Alkohol, Drogen und Medikamente.*

Brüder-Schönfeld-Haus  
Ascher Straße 62  
63477 Maintal-Dörnigheim

Termine: donnerstags, 19:30 – 21:30 Uhr  
Gruppe trifft sich auch online mit Voranmeldung  
Homepage [www.alternative08.de](http://www.alternative08.de)

---

### **Alltagsdrogenberatung Rödermark e.V.**

*Wir öffnen die Tür für ein suchtfreies Leben...  
... aber durchgehen muss jeder selber.*

#### ***Wir helfen und unterstützen***

*uns gegenseitig in allen Lebenslagen.*

*Unsere Selbsthilfegruppe steht jeder erkrankten und hilfesuchenden Person offen, gleich welchen Geschlechts, welcher Herkunft, Nationalität, Konfession und Status sie ist.*

Alltagsdrogenberatung Rödermark e.V.  
Heitkämperstraße 11  
63322 Rödermark

Termine:

Das Treffen der Selbsthilfegruppen findet jeden Montag und Mittwoch um 19:00 Uhr statt.  
Die Frauengruppe trifft sich alle 14 Tage am Freitag um 19:00 Uhr

**Notrufnummer: 0178 8317055**

Homepage: [www.alltagsdrogenberatung-roedermark.link](http://www.alltagsdrogenberatung-roedermark.link)

---

### **Deutscher Frauenbund für alkoholfreie Kultur e.V. – Landesverband Hessen Regionalgruppe Frankfurt am Main**

*Sie sind nicht sicher, ob Ihr Alkohol-oder Medikamentenkonsum riskant ist und Sie vielleicht sogar eine Abhängigkeit entwickeln? Sie halten es nicht mehr aus und wissen nicht, mit wem Sie darüber sprechen können? Sie kennen einen Menschen, der einen riskanten Umgang mit einem Suchtmittel pflegt und möchten helfen- wissen aber nicht, wie? Wir unterstützen Sie gerne.*

Reinhold-Kobelt-Haus  
Metzlerstraße 34

60594 Frankfurt am Main / Sachsenhausen

Termine: jeden 1. Donnerstag im Monat, 16:00 – 18:00 Uhr (mit Voranmeldung)

Homepage [www.deutscher-frauenbund.de](http://www.deutscher-frauenbund.de)

---

## **Alkohol**

### **Selbsthilfegruppe Sucht**

*Sucht-Selbsthilfe basiert auf dem freiwilligen Zusammenschluss von Betroffenen und Angehörigen. Selbstbestimmter, regelmäßiger Austausch in der Gruppe ist das Kennzeichen der Selbsthilfe.*

*Ziel ist es, die Abhängigkeitsproblematik zu bewältigen. Eine Selbsthilfegruppe unterstützt dabei, (wieder) soziale Kontakte und neue Perspektiven zu finden sowie Isolation und Ausgrenzung zu überwinden.*

Gruppe für Betroffene und Angehörige

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Homepage: [www.bzhanau-main-kinzig.de](http://www.bzhanau-main-kinzig.de)

Telefon: 06181/ 25 55 00

Termine: mittwochs,  
1. Gruppe 17:00 - 18:45 Uhr  
2. Gruppe 19:00 – 20:30 Uhr

---

### **Anonyme Alkoholiker - Montag**

*Selbsthilfegruppe für Betroffene und jeden ersten Montag im Monat offenes Treffen für Angehörige.*

*Anonyme Alkoholiker sind eine Gemeinschaft von Männern und Frauen, die miteinander ihre Erfahrungen, Kraft und Hoffnung teilen, um ihr gemeinsames Problem zu lösen und andere zur Genesung vom Alkoholismus zu verhelfen. Die einzige Voraussetzung für die Zugehörigkeit ist der Wunsch, mit dem Trinken aufzuhören.*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Termine: montags, um 19:30 – 21:00Uhr  
jeden erste Montag im Monat offenes Meeting mit Angehörigen

---

### **Anonyme Alkoholiker – Gruppe Hanau (Donnerstag) für Betroffene**

*Anonyme Alkoholiker sind eine Gemeinschaft von Männern und Frauen, die miteinander ihre Erfahrungen, Kraft und Hoffnung teilen, um ihr gemeinsames Problem zu lösen und andere zur Genesung vom Alkoholismus zu verhelfen. Die einzige Voraussetzung für die Zugehörigkeit ist der Wunsch, mit dem Trinken aufzuhören.*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Homepage: [www.bzhanau-main-kinzig.de](http://www.bzhanau-main-kinzig.de)

Telefon: 06181/ 25 55 00

Termine: donnerstags, 18:00 Uhr

Homepage [www.anonyme-alkoholiker.de](http://www.anonyme-alkoholiker.de)

---

### **Anonyme Alkoholiker – Gruppe Hanau (Sonntag) für Betroffene**

*Anonyme Alkoholiker sind eine Gemeinschaft von Männern und Frauen, die miteinander ihre Erfahrungen, Kraft und Hoffnung teilen, um ihr gemeinsames Problem zu lösen und andere zur Genesung vom Alkoholismus zu verhelfen. Die einzige Voraussetzung für die Zugehörigkeit ist der Wunsch, mit dem Trinken aufzuhören.*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2

63450 Hanau

Termine: sonntags, 10:00 Uhr

Homepage [www.anonyme-alkoholiker.de](http://www.anonyme-alkoholiker.de)

**Notfall Telefon mit Anrufbeantworter 06181 / 84 02 61**

---

### **Freundeskreis e.V. – Hanau**

*Selbsthilfegruppe für Alkoholabhängige, Suchtkranke und deren Angehörige. Gruppe teilt nicht nur Probleme und erlebte Erfahrungen miteinander, sondern auch Freizeit in einem abstinenter Leben.  
„Wir sitzen alle in einem Boot, wer bereit ist auszusteigen, kann bei uns einsteigen.“*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Termine: montags, 18:30 – 20:00 Uhr

---

### **Blaues Kreuz in Deutschland e.V. – Ortsverein Hanau-Steinau – Selbsthilfegruppe Hanau**

*Offenes Begegnungstreffen für Suchtmittelabhängige (Schwerpunkt Alkohol und Medikamente) und deren Angehörige. Einzelgespräche sind möglich.*

Ortsverein Hanau + Steinau  
Baptisten-Gemeinde Hanau  
Eingang über Hinterhof  
Am Frankfurter Tor 16  
63450 Hanau

Termine: montags, 19:00 Uhr Eintreffen, Start der Gruppe 19:30 Uhr  
Homepage [www.blaues-kreuz.de/de/hessen/hanau/ortsverein-hanau-steinau/](http://www.blaues-kreuz.de/de/hessen/hanau/ortsverein-hanau-steinau/)

---

## **Guttempler Landesverband Hessen – Gemeinschaft Main-Kinzig, Hanau**

*Beratung, Betreuung und Nachsorge für Alkoholranke, Gefährdete und deren Angehörigen.*

*In der Suchtselbsthilfe kommen Menschen zusammen, die das Thema Sucht verbindet. Dabei geht es um die Gemeinschaft, den Austausch auf Augenhöhe und die eigene Betroffenheit. Hier bist Du mit Deiner Sucht nicht allein und profitierst von den Erfahrungen anderer.*

Termine:

Treffen Gesprächsgruppe: jeden 1. und 3. Dienstag im Monat 18:00-19:15 Uhr

Ansprechpartner

Gerhard Paul

Telefon 06183/80 20 02

Treffen Gemeinschaft: jeden 1 und 3 Dienstag im Monat, ab 19:30 Uhr

Ansprechpartner

Horst Berthold

Telefon 06183/73 317

Im Haus der Arbeiter Wohlfahrt

Direkt am Heinrich Fischer Bad

Eugen-Kaiser-Straße 17a

63450 Hanau

Homepage [www.guttemplerhessen.de](http://www.guttemplerhessen.de)

**Nottelefon Sucht 0180/365 24 07**

**365 Tage, 24 Std., 7Tage die Woche**

9 Cent aus dem deutschen Festnetz, Mobilfunk abweichend

---

## **Anonyme Alkoholiker – Gruppe Hanau (Samstag) Für Betroffene und Angehörige**

*Selbsthilfegruppe für Menschen mit Alkoholproblemen und deren Angehörige.*

*Anonyme Alkoholiker sind eine Gemeinschaft von Männern und Frauen, die miteinander ihre Erfahrungen, Kraft und Hoffnung teilen, um ihr gemeinsames Problem zu lösen und andere zur Genesung vom Alkoholismus zu verhelfen. Die einzige Voraussetzung für die Zugehörigkeit ist der Wunsch, mit dem Trinken aufzuhören.*

Mehrgenerationenhaus Fallbach  
Reichenberger Straße 59  
63452 Hanau

Termine: samstags, 18:30 – 20:00 Uhr

Homepage [www.anonyme-alkoholiker.de](http://www.anonyme-alkoholiker.de)  
Ansprechpartner  
Peter 0170/ 4027605  
Edel 0160/ 944 285 83

---

### **Anonyme Alkoholiker – Gruppe Niederrodenbach**

*Anonyme Alkoholiker sind eine Gemeinschaft von Männern und Frauen, die miteinander ihre Erfahrungen, Kraft und Hoffnung teilen, um ihr gemeinsames Problem zu lösen und andere zur Genesung vom Alkoholismus zu verhelfen. Die einzige Voraussetzung für die Zugehörigkeit ist der Wunsch, mit dem Trinken aufzuhören.*

Gartenstr.2  
63517 Rodenbach

Termine: freitags, 19:00 – 20:30Uhr  
Jeden ersten Freitag im Monat offenes Meeting für Angehörige

Ansprechpartnerin  
Sigrid  
Notfall Telefon 0176/ 42015558

Homepage [www.anonyme-alkoholiker.de](http://www.anonyme-alkoholiker.de)

---

### **Kreuzbund Diözesanverband Fulda e.V. – Kreuzbundgruppe Langenselbold**

*Die Kreuzbundgruppen stehen allen suchtbetroffenen Menschen offen: Suchtkranken, Angehörigen und Interessierten. Er macht keine Unterschiede in Religion, Hautfarbe, Stand etc.. Die Gruppenarbeit ermöglicht es den Teilnehmern, sich im Alltag zurecht zu finden, ihre Probleme zu lösen und eine positive Lebenseinstellung zu gewinnen. Darüber hinaus fördert und praktiziert der Kreuzbund eine suchtmittelfreie Freizeitgestaltung.*

Katholisches Pfarrgemeindehaus St. Maria  
Wilhelmstraße 29  
63505 Langenselbold

Termine: *mittwochs, 14-täglich, in den ungeraden Kalenderwochen, 18:00 Uhr*

Homepage [www.kreuzbund-fulda.de](http://www.kreuzbund-fulda.de)

---

### **Guttempler Landesverband Hessen - Gemeinschaft Grimmelshausen**

*Beratung, Betreuung und Nachsorge für Alkoholranke, Gefährdete und deren Angehörigen.*

*In der Suchtselbsthilfe kommen Menschen zusammen, die das Thema Sucht verbindet. Dabei geht es um die Gemeinschaft, den Austausch auf Augenhöhe und die eigene Betroffenheit. Hier bist Du mit Deiner Sucht nicht allein und profitierst von den Erfahrungen anderer.*

Dorfgemeinschaftshaus Hailer  
Jahnstraße 7  
63571 Gelnhausen

Termine: *dienstags, 20:00 Uhr*

Homepage [www.guttemplerhessen.de](http://www.guttemplerhessen.de)

---

### **Kreuzbund Diözesanverband Fulda e.V. – Kreuzbundgruppe Gelnhausen**

*Die Kreuzbundgruppen stehen allen suchtbetroffenen Menschen offen: Suchtkranken, Angehörigen und Interessierten. Er macht keine Unterschiede in Religion, Hautfarbe, Stand etc.. Die Gruppenarbeit ermöglicht es den Teilnehmern, sich im Alltag zurecht zu finden, ihre Probleme zu lösen und eine positive Lebenseinstellung zu gewinnen. Darüber hinaus fördert und praktiziert der Kreuzbund eine suchtmittelfreie Freizeitgestaltung.*

Pfarrzentrum St. Peter  
Am Schlachthaus 8  
63571 Gelnhausen

Termine: *dienstags, 19:30 Uhr*

Homepage [www.kreuzbund-fulda.de](http://www.kreuzbund-fulda.de)



---

## **Guttempler Landesverband Hessen - Gemeinschaft Barbarossa**

*Beratung, Betreuung und Nachsorge für Alkoholranke, Gefährdete und deren Angehörigen.*

*In der Suchtselbsthilfe kommen Menschen zusammen, die das Thema Sucht verbindet. Dabei geht es um die Gemeinschaft, den Austausch auf Augenhöhe und die eigene Betroffenheit. Hier bist Du mit Deiner Sucht nicht allein und profitierst von den Erfahrungen anderer.*

Evangelische Johannesgemeinde  
An der Johanneskirche 13

63579 Freigericht (Somborn)

Termine: dienstags, 20:00 Uhr  
Homepage [www.guttemplerhessen.de](http://www.guttemplerhessen.de)

---

## **Alltagsdrogenberatung Rödermark e.V.**

*Wir öffnen die Tür für ein suchtfreies Leben...  
... aber durchgehen muss jeder selber.*

***Wir helfen und unterstützen***

*uns gegenseitig in allen Lebenslagen.*

*Unsere Selbsthilfegruppe steht jeder erkrankten und hilfeschenden Person offen, gleich welchen Geschlechts, welcher Herkunft, Nationalität, Konfession und Status sie ist.*

Alltagsdrogenberatung Rödermark e.V.  
Heitkämpferstraße 11  
63322 Rödermark

Termine:

Das Treffen der Selbsthilfegruppen findet jeden Montag und Mittwoch um 19:00 Uhr statt.  
Die Frauengruppe trifft sich alle 14 Tage am Freitag um 19:00 Uhr

**Notrufnummer: 0178 8317055**

### **Freundeskreis e.V. - Büdingen**

*Selbsthilfegruppe für Alkoholabhängige, Suchtkranke und deren Angehörige.  
Gruppe teilt nicht nur Probleme und erlebte Erfahrungen miteinander, sondern auch  
Freizeit in einem abstinenten Leben.*

*„Wir sitzen alle in einem Boot, wer bereit ist auszusteigen, kann bei uns einsteigen.“*

Selbsthilfegruppe Sucht  
Suchtberatung für alle Süchte

Düddelsheim Verwaltungsstelle  
Schulstraße 10  
63654 Büdingen

Termine: montags, 19:30 Uhr

Sucht Beratung auch im Nidderau Heldenbergen möglich.

---

### **Selbsthilfegruppe für Alkoholranke Menschen Bad Orb „Trockenfrüchte“**

Kinderinitiative Bad Orb  
Bahnhofstr.3  
Bad Orb

Termine: jede 2. Und 4. Donnerstag im Monat, 18:00-19:30 Uhr

---

### **Blaues Kreuz in Deutschland e.V. – Ortsverein Hanau-Steinau – Selbsthilfegruppe Steinau**

*Offenes Begegnungstreffen für Suchtmittelabhängige (Schwerpunkt Alkohol und Me-  
dikamente) und deren Angehörige.*

Baptisten-Gemeinde Steinau  
Am Steines 15  
36396 Steinau an der Straße

Termine: dienstags, 19:00 Uhr

Homepage [www.blaues-kreuz.de/de/hessen/hanau/ortsverein-hanau-steinau/](http://www.blaues-kreuz.de/de/hessen/hanau/ortsverein-hanau-steinau/)

---

### **Freundeskreis e.V. - Altenstadt**

*Selbsthilfegruppe für Alkoholabhängige, Suchtkranke und deren Angehörige.*

*Gruppe teilt nicht nur Probleme und erlebte Erfahrungen miteinander, sondern auch Freizeit in einem abstinenten Leben.*

*„Wir sitzen alle in einem Boot, wer bereit ist auszusteigen, kann bei uns einsteigen.“*

Evangelische Kirchengemeinde Martin Luther

Evangelisches Gemeindehaus

Herrnstraße 11

63674 Altenstadt-Waldsiedlung

Termine: mittwochs, 20:00 Uhr

Homepage [www.freundeskreis-altenstadt.de](http://www.freundeskreis-altenstadt.de)

---

### **Arbeitskreis Alkohol in der Alltagswelt – A.i.d.A –**

*Selbsthilfegruppe Ostheim für Betroffene und Angehörige*

Am Jungfernborn 4

61130 Nidderau

Termine: montags, 19:00 – 21:00 Uhr

Homepage [www.aida-selbsthilfe.de](http://www.aida-selbsthilfe.de)

---

### **Arbeitskreis Alkohol in der Alltagswelt – A.i.d.A –**

*Selbsthilfegruppe Maintal-Bischofsheim für Betroffene und Angehörige*

Stadtteilzentrum

Dörnigheimer Weg 25

63477 Maintal-Bischofsheim

Termine: donnerstags, 19:00 – 21:00 Uhr

Homepage [www.aida-selbsthilfe.de](http://www.aida-selbsthilfe.de)

---

### **Alternative '08 – Maintal Dörnigheim**

*Offene Selbsthilfegruppe für stoffgebundene Abhängigkeitserkrankte, Gefährdete und Angehörige aller Altersklassen mit Schwerpunkt Alkohol, Drogen und Medikamente*

Brüder-Schönfeld-Haus  
Ascher Straße 62  
63477 Maintal-Dörnigheim

Termine: donnerstags, 19:30 – 21:30 Uhr  
Gruppe trifft sich auch Online mit Voranmeldung

Homepage [www.alternative08.de](http://www.alternative08.de)

---

### **Guttempler Landesverband Hessen - Gemeinschaft Wilhelmsbad**

*Beratung, Betreuung und Nachsorge für Alkoholranke, Gefährdete und deren Angehörigen.*

*In der Suchtselbsthilfe kommen Menschen zusammen, die das Thema Sucht verbindet. Dabei geht es um die Gemeinschaft, den Austausch auf Augenhöhe und die eigene Betroffenheit. Hier bist Du mit Deiner Sucht nicht allein und profitierst von den Erfahrungen anderer.*

Evangelische Kirchengemeinde Maintal-Dörnigheim  
Berliner Straße 58  
63477 Maintal

Termine: montags, 20:00 Uhr

Homepage [www.guttemplerhessen.de](http://www.guttemplerhessen.de)

---

## **Suchtberatung**

### **Begegnungszentrum Hanau Main Kinzig**

*Alkohol, illegale Drogen, Medikamente, Glücksspiel oder Nahrungsmittel: Wenn Sie den Teufelskreis der Sucht durchbrechen wollen, steht schnelle und kompetente Hilfe an erster Stelle. Unser Team besteht aus einer Fachkraft, ehemaligen Betroffenen sowie erfahrenen Angehörigen, die alle über themenspezifische Aus- und Weiterbildungen verfügen.*

*Wenn der Konsum von Alkohol oder anderen Suchtmitteln für Sie zum Problem geworden ist, bieten wir Ihnen im Rahmen vertraulicher Beratungsgespräche fachliche Informationen zum Thema Sucht und Abhängigkeit. Gemeinsam mit Ihnen planen und entwickeln wir für Sie passende Lösungen. Das Ziel der Beratung ist die Motivation zu einem suchtmittelfreien und selbstbestimmten Leben.*

*Unser erfahrenes Team bietet Beratung, Selbsthilfegruppen zum Thema Sucht und Abhängigkeit an, in denen sich Betroffene gegenseitig unterstützen und begleiten.*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Homepage: [www.bzhanau-main-kinzig.de](http://www.bzhanau-main-kinzig.de)

Telefon: 06181/ 25 55 00

---

### **Diakonisches Werk - Hanau – Main Kinzig**

*Ganz gleich, ob Sie sich einfach zum Thema Alkohol, illegale Drogen, Medikamente, Glücksspiel oder Medien informieren möchten, oder ob Sie oder ein Angehöriger bereits betroffen sind und Hilfe suchen, wir sind für Sie da.*

*Unser Beratungsangebot richtet sich an betroffene Jugendliche und Erwachsene, Familienangehörige und Bezugspersonen sowie an Fachleute.*

**Standort Hanau**  
Marie-Curie-Straße 1  
63457 Hanau

Telefon: 06181/ 923 400  
Fax : 06181/ 923 40 50

**Standort Gelnhausen**

Bahnhofstraße 12  
63571 Gelnhausen  
Telefon: 06181/ 923 400  
Fax: 06181/ 923 40 50

**Standort Schlüchtern**

Dreibröderstraße 1  
36381 Schlüchtern  
Telefon: 06181/ 923 400  
Fax: 06181/ 923 40 50

---

**Caritas – Verband für den Main Kinzig Kreis e.V.**

**Fachambulanz für Suchtkranke**

Im Bangert 4

63450 Hanau

Homepage: [www.caritas-mkk.de](http://www.caritas-mkk.de)

*Angebote richten sich an Hilfe suchende Menschen, die Beratung und Unterstützung wünschen im Zusammenhang mit*

- *Alkohol*
- *Medikamenten*
- *problematischem Spielverhalten*
- *Essstörungen*
- *Mehrfachabhängigkeit*
- *der Vorbereitung auf die Medizinisch-psychologische Untersuchung (MPU)*
- *problematischem Medienkonsum*

Telefon 06181/ 923 35 – 0

Mail: [sekretariat@caritas-mkk.de](mailto:sekretariat@caritas-mkk.de)

---

### **Jugendberatung und Jugendhilfe e.V. – Aufsuchende Suchtberatung Maintal – Beratungsstelle für Fragen zu Alkohol, Drogen und Sucht und Suchtprävention**

*Das Beratungsangebot der Aufsuchenden Suchtberatung richtet sich an Menschen jeden Alters, Geschlechts oder sexuellen Orientierung, die Fragen oder Schwierigkeiten im Umgang mit Drogen und Alkohol haben und deren Angehörige.*

*Das Präventionsangebot richtet sich vorrangig an Kindergärten, Grundschulen und weiterführende Schulen sowie soziale Einrichtungen der Stadt Maintal.*

Brüder-Schönfeld-Haus  
Ascher Straße 62  
63477 Maintal

Termine: nach Vereinbarung

Homepage [www.drogenberatung-jj.de](http://www.drogenberatung-jj.de)

---

### **Arbeitskreis Alkohol in der Alltagswelt – A.i.d.A – Selbsthilfebüro**

*Wir bieten allen Betroffenen, Angehörigen, Freunden oder einfach nur Interessierten Beratung, Information und Halt. A.i.d.A. Selbsthilfegruppen in Nidderau / Ostheim, Frankfurt / Rödelheim, Offenbach, Maintal Bischofsheim.*

Selbsthilfebüro Nidderau - Ostheim  
Am Jungfernborn 4  
61130 Nidderau

Termine: Einzelgespräche und Beratungen für Betroffene und Angehörige nach Vereinbarung

Homepage [www.aida-selbsthilfe.de](http://www.aida-selbsthilfe.de)

---

## **Angehörige / Co-Abhängigkeit**

### **AI – Anon Gruppe für Angehörige**

*Die AI-Anon Gruppen unterstützen all diejenigen, deren Leben jetzt oder in der Vergangenheit durch das Trinken eines anderen belastet worden ist.*

*Bei vielen Betroffenen sind tiefe Wunden entstanden, die auch dann bleiben können, wenn der Angehörige oder Freund nicht mehr trinkt, nicht mehr mit einem zusammenlebt oder schon verstorben ist. Alkoholismus ist eine Krankheit die nicht nur den Alkoholiker, sondern die ganze Familie schädigt.*

*Die Selbsthilfegruppe ist Teil einer internationalen Gemeinschaft mit ca. 450 Selbsthilfegruppen in Deutschland. Weltweit treffen sich Verwandte und Freunde von Alkoholikern, die durch die Anwendung des Zwölf-Schritte-Programms und das Teilen ihrer Erfahrungen ihre gemeinsamen Probleme lösen. AI-Anon arbeitet lösungsorientiert und kann zur Verbesserung der Lebenssituation beitragen.*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Termine:     donnerstags, 18:00 Uhr

Homepage   [www.anonyme-alkoholiker.de](http://www.anonyme-alkoholiker.de)

---

### **Selbsthilfegruppe Cinderella – ausschließlich für Frauen**

*Die Gruppe richtet sich ausschließlich an weibliche Angehörige von suchtkranken und depressiven Partnern und Kindern*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Termine:     dienstags in jeder ungeraden Kalenderwoche, 19:00 – 21:00 Uhr



---

## **Selbsthilfegruppe ACA**

### **– Adult Children of Alcolics and Dysfunctional Families**

#### *Erwachsene Kinder von Alkoholkranken & aus dysfunktionalen Familien*

*Erwachsene Kinder von Alkoholikern (ACA) ist ein Zwölf-Schritte-, Zwölf-Traditionen-Programm von Männern und Frauen, die in alkoholkranken oder anderweitig dysfunktionalen Familien aufgewachsen sind. Das Programm von ACA basiert auf der Überzeugung, dass Familiendysfunktionalität eine Krankheit ist, die uns als Kinder infiziert hat und uns auch als Erwachsene beeinträchtigt. Unsere Mitgliedschaft umfasst auch Erwachsene aus Familien, in denen Alkohol oder Drogen nicht zugegen waren, doch Missbrauch, Vernachlässigung oder ungesunde Verhaltensweisen waren es.*

*In der Selbsthilfegruppe treffen sich Menschen um Ihre Erfahrung und Genesung in einer Atmosphäre gegenseitigen Respekts zu teilen. Wir entdecken, wie uns Alkoholismus und andere Familiendysfunktionalität in der Vergangenheit beeinträchtigt haben, und wie uns das heute noch beeinflusst. Wir beginnen, die ungesunden Elemente unserer Kindheit zu erkennen. Durch die Praxis der Zwölf Schritte, dem Fokussieren auf die Lösung von ACA und die Akzeptanz einer liebenden Höheren Macht unseres Selbstverständnisses, finden wir Frieden.*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Termine: an jedem 4. Sonntag im Monat, 18:00 – 19:30 Uhr

Homepage [www.erwachsenekinder.org](http://www.erwachsenekinder.org)

---

## **Selbsthilfegruppe Sucht**

*Sucht-Selbsthilfe basiert auf dem freiwilligen Zusammenschluss von Betroffenen und Angehörigen. Selbstbestimmter, regelmäßiger Austausch in der Gruppe ist das Kennzeichen der Selbsthilfe.*

*Ziel ist es, die Abhängigkeitsproblematik zu bewältigen. Eine Selbsthilfegruppe unterstützt dabei, (wieder) soziale Kontakte und neue Perspektiven zu finden sowie Isolation und Ausgrenzung zu überwinden.*

Gruppe für Betroffene und Angehörige

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Homepage: [www.bzhanau-main-kinzig.de](http://www.bzhanau-main-kinzig.de)

Telefon: 06181/ 25 55 00

Termine:     *mittwochs,*  
                          *Gruppe 1) 17:00 – 18:45 Uhr*  
                          *Gruppe 2) 19:00 – 20:30 Uhr*

---

### **CODA Codependents Anonymous Selbsthilfegruppe – Hanau**

*Co-Dependents Anonymous ist eine Gemeinschaft von Männern und Frauen, deren gemeinsamer Wunsch darin besteht, gesunde Beziehungen einzugehen und aufrecht zu erhalten.*

#### ***Was ist Co-Abhängigkeit?***

*Co-Abhängigkeit ist eine Beziehungsstörung, in der sich Menschen von anderen (Partnern, Eltern, Kindern, Verwandten, Freunden, Bekannten, Kollegen, Vorgesetzten usw.) abhängig machen. Das kann zum Beispiel durch manipulatives Verhalten geschehen, durch Passivität und das Missachten der eigenen Bedürfnisse. Durch das Teilen unserer Genesungserfahrung in den anonymen Meetings helfen wir uns gegenseitig, alte, destruktive Verhaltensmuster zu erkennen und durch neue, hilfreiche und gesunde zu ersetzen.*

Ort: Stadtteilzentrum Süd-Ost  
Alfred Delp Straße 10A  
63450 Hanau

Termine: montags, um 18 – 19:30 Uhr

---

## **Freundeskreis Hanau – Selbsthilfegruppe für Alkoholsüchtige und Angehörige**

*Selbsthilfegruppe für Alkoholabhängige, Suchtkranke und deren Angehörige.*

*Gruppe teilt nicht nur Probleme und erlebte Erfahrungen miteinander, sondern auch Freizeit in einem abstinenter Leben.*

*„Wir sitzen alle in einem Boot, wer bereit ist auszusteigen, kann bei uns einsteigen.“*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Termine: montags, 18:30 – 20:00 Uhr

---

## **Guttempler Landesverband Hessen – Gemeinschaft Main-Kinzig**

*Beratung, Betreuung und Nachsorge für Alkohol Kranke, Gefährdete und deren Angehörigen.*

*In der Suchtselbsthilfe kommen Menschen zusammen, die das Thema Sucht verbindet. Dabei geht es um die Gemeinschaft, den Austausch auf Augenhöhe und die eigene Betroffenheit. Hier bist Du mit Deiner Sucht nicht allein und profitierst von den Erfahrungen anderer.*

Im Haus der Arbeiter Wohlfahrt  
Direkt am Heinrich Fischer Bad  
Eugen-Kaiser-Straße 17a  
63450 Hanau

Homepage [www.guttemplerhessen.de](http://www.guttemplerhessen.de)

**Nottelefon Sucht 0180/365 24 07**

**365 Tage, 24 Std., 7Tage die Woche**

9 Cent aus dem deutschen Festnetz, Mobilfunk abweichend

Termine:

Treffen Gesprächsgruppe: jeden 1. und 3. Dienstag im Monat 18:00-19:15 Uhr

Treffen Gemeinschaft: jeden 1 und 3 Dienstag im Monat, ab 19:30 Uhr

---

## **CoDa Codependents Anonymous Gelnhausen**

*ist eine Gemeinschaft von Männern und Frauen mit dem gemeinsamen Ziel, gesunde Beziehungen aufzubauen. Die einzige Voraussetzung für die Zugehörigkeit ist der Wunsch nach gesunden und erfüllenden Beziehungen. Wir kommen zusammen, um uns gegenseitig zu unterstützen und miteinander zu teilen. Auf unserer Reise zur Selbsterkenntnis lernen wir, uns selbst zu lieben.*

*Termine: jeden 2. und 4. Dienstag im Monat, um 18:30*

Sekos Gelnhausen  
Bahnhofstrasse 12  
63571 Gelnhausen

---

## **Kreuzbund Diözesanverband Fulda e.V. – Kreuzbundgruppe Gelnhausen**

*Die Kreuzbundgruppen stehen allen suchtbetroffenen Menschen offen: Suchtkranken, Angehörigen und Interessierten. Er macht keine Unterschiede in Religion, Hautfarbe, Stand etc.. Die Gruppenarbeit ermöglicht es den Teilnehmern, sich im Alltag zurecht zu finden, ihre Probleme zu lösen und eine positive Lebenseinstellung zu gewinnen. Darüber hinaus fördert und praktiziert der Kreuzbund eine suchtmittelfreie Freizeitgestaltung.*

Pfarrzentrum St. Peter  
Am Schlachthaus 8  
63571 Gelnhausen

*Termine: dienstags, 19:30 Uhr*

Homepage [www.kreuzbund-fulda.de](http://www.kreuzbund-fulda.de)

---

## **Arbeitskreis Alkohol in der Alltagswelt – A.i.d.A Selbsthilfegruppe Ostheim**

Für Betroffene und Angehörige

Am Jungfernborn 4  
61130 Nidderau

Termine: montags, 19:00-21:00Uhr

Homepage [www.aida-selbsthilfe.de](http://www.aida-selbsthilfe.de)

---

## **Arbeitskreis Alkohol in der Alltagswelt – A.i.d.A Selbsthilfegruppe Maintal-Bischofsheim**

Für Betroffene und Angehörige

Stadtteilzentrum  
Dörnigheimer Weg 25  
63477 Maintal-Bischofsheim

Termine: *donnerstags, 19:00 – 21:00 Uhr*

Homepage [www.aida-selbsthilfe.de](http://www.aida-selbsthilfe.de)

---

## **Gesprächsgruppe für Angehörige suchtkranker Menschen**

*Suchtmittelmissbrauch und Abhängigkeit spielen sich immer innerhalb eines sozialen Umfeldes ab, so dass neben den Betroffenen auch andere Menschen hierunter leiden. Die fortlaufende, offene Angehörigengruppe bietet ein Forum, um sich mit Menschen in einer ähnlichen Situation auszutauschen und hilft, Isolation und Überforderung zu vermeiden, realistische Zuversicht zu gewinnen und die eigenen Handlungsspielräume zu erweitern, aber auch zu begrenzen. Die Gruppe wird von einer erfahrenen Fachkraft geleitet.*

Diakonisches Werk Hanau-Main-Kinzig  
Geschäftsstelle Hanau  
Marie-Curie-Straße 1  
63457 Hanau

Homepage [www.diakonie-hanau.de](http://www.diakonie-hanau.de)

Termine: *nach Vereinbarung*

Telefon 06181/ 923 400  
Fax 06181 / 923 40 50

---

**Alternative '08 – offene Selbsthilfegruppe für stoffgebundene Abhängigkeitserkrankte, Gefährdete und Angehörige aller Altersklassen mit Schwerpunkt Alkohol, Drogen und Medikamente**

Brüder-Schönfeld-Haus  
Ascher Straße 62  
63477 Maintal-Dörnigheim

*Termine: donnerstags, 19:30 – 21:30 Uhr  
Gruppe trifft sich auch Online mit Voranmeldung*

Homepage [www.alternative08.de](http://www.alternative08.de)

---

## **Drogen**

### **Narcotics Anonymous**

*Narcotics Anonymous ist eine internationale, auf Gemeinschaft begründete, gemeinnützige Organisation von genesenden Drogenabhängigen, deren Zwölf-Schritte-Programm auf dem Programm der Anonymen Alkoholiker beruht.*

*Meeting – Sucher für Betroffene und Angehörige*

Selbsthilfegruppen in unsere Nähe

**-NA Dietzenbach** – Wilhelm Leuschner Str. 33

Termine

Mittwoch 19:30-21:00 Uhr

Gruppen Ansprechpartner an der Homepage von NA

**-NA Offenbach am Main**

Termine

Freitag 20:00-21:30 Uhr – Termine an der Homepage von NA

Homepage [www.narcotics-anonymous.de](http://www.narcotics-anonymous.de)

**Hotline 0800/ 4453362**

Weitere SHG in Hessen: Frankfurt am Main, Bad Homburg, Darmstadt, Heppenheim.

---

## **Selbsthilfegruppe Sucht**

*Sucht-Selbsthilfe basiert auf dem freiwilligen Zusammenschluss von Betroffenen und Angehörigen. Selbstbestimmter, regelmäßiger Austausch in der Gruppe ist das Kennzeichen der Selbsthilfe.*

*Ziel ist es, die Abhängigkeitsproblematik zu bewältigen. Eine Selbsthilfegruppe unterstützt dabei, (wieder) soziale Kontakte und neue Perspektiven zu finden sowie Isolation und Ausgrenzung zu überwinden.*

Gruppe für Betroffene und Angehörige

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Homepage: [www.bzhanau-main-kinzig.de](http://www.bzhanau-main-kinzig.de)

Telefon: 06181/ 25 55 00

Termine: mittwochs,

Gruppe 1) 17:00 – 18:45 Uhr

Gruppe 2) 19:00 – 20:30 Uhr

---

## **Alternative '08**

*Offene Selbsthilfegruppe für stoffgebundene Abhängigkeitserkrankte, Gefährdete und Angehörige aller Altersklassen mit Schwerpunkt Alkohol, Drogen und Medikamente.*

Brüder-Schönfeld-Haus  
Ascher Straße 62  
63477 Maintal-Dörnigheim

Termine: donnerstags, 19:30 – 21:30 Uhr

Gruppe trifft sich auch Online mit Voranmeldung

Homepage [www.alternative08.de](http://www.alternative08.de)

---

## **Alltagsdrogenberatung Rödermark e.V.**

*Wir öffnen die Tür für ein suchtfreies Leben...  
... aber durchgehen muss jeder selber.*

### ***Wir helfen und unterstützen***

*uns gegenseitig in allen Lebenslagen.*

*Unsere Selbsthilfegruppe steht jeder erkrankten und hilfesuchenden Person offen, gleich welchen Geschlechts, welcher Herkunft, Nationalität, Konfession und Status sie ist.*

Alltagsdrogenberatung Rödermark e.V.  
Heitkämperstraße 11  
63322 Rödermark

Termine:

Das Treffen der Selbsthilfegruppen findet jeden Montag und Mittwoch um 19:00 Uhr statt.  
Die Frauengruppe trifft sich alle 14 Tage am Freitag um 19:00 Uhr

**Notrufnummer: 0178 8317055**

Homepage: [www.alltagsdrogenberatung-roedermark.link](http://www.alltagsdrogenberatung-roedermark.link)

---

## **Freundeskreis Büdingen – Selbsthilfegruppe Sucht**

*Suchtberatung für alle Süchte*

*Selbsthilfegruppe für Alkoholabhängige, Suchtkranke und deren Angehörige.*

*Gruppe teilt nicht nur Probleme und erlebte Erfahrungen miteinander, sondern auch Freizeit in einem abstinenten Leben.*

*„Wir sitzen alle in einem Boot, wer bereit ist auszusteigen, kann bei uns einsteigen.“*

Düddelsheim Verwaltungsstelle  
Schulstraße 10  
63654 Büdingen

Termine: montags, 19:30 Uhr

Sucht Beratung auch im Nidderau Heldenbergen möglich.

---



## **Jugendberatung und Jugendhilfe e.V. – Aufsuchende Suchtberatung Maintal – Beratungsstelle für Fragen zu Alkohol, Drogen und Sucht und Suchtprävention**

*Das Beratungsangebot der Aufsuchenden Suchtberatung richtet sich an Menschen jeden Alters, Geschlechts oder sexuellen Orientierung, die Fragen oder Schwierigkeiten im Umgang mit Drogen und Alkohol haben und deren Angehörige.*

*Das Präventionsangebot richtet sich vorrangig an Kindergärten, Grundschulen und weiterführende Schulen sowie soziale Einrichtungen der Stadt Maintal.*

Brüder-Schönfeld-Haus  
Ascher Straße 62  
63477 Maintal

Termine: *nach Vereinbarung*

Homepage [www.drogenberatung-jj.de](http://www.drogenberatung-jj.de)

---

## **Essstörungen / Esssucht**

### **Eltern von essgestörten Kindern und Personen mit essgestörten Angehörigen Ess-Störungen Selbsthilfegruppe für Betroffene und Angehörige**

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Homepage: [www.bzhanau-main-kinzig.de](http://www.bzhanau-main-kinzig.de)

Telefon: 06181/ 25 55 00

Termine: *mittwochs, 19:00 Uhr*

---

### **Overeaters Anonymous Gruppe Hanau - Mittwoch**

*Selbsthilfegruppe OA ist offen für Menschen mit allen Formen von Essstörungen.*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Homepage: [www.bzhanau-main-kinzig.de](http://www.bzhanau-main-kinzig.de)

Telefon: 06181/ 25 55 00

Termine: mittwochs, 18:00 – 19:30 Uhr

Homepage [www overeatersanonymous.de](http://www overeatersanonymous.de)

---

### **Adipositas Selbsthilfegruppe Hanau**

*Selbsthilfegruppe für von Adipositas Betroffene.*

*In der Selbsthilfegruppe geht es um das Thema Adipositas, um den Alltag, Begleit-erkrankungen, Diäten-Wahnsinn, (überholte) Schönheitsideale, Body-Positivity, Bodyshaming, bariatrische Operation, Wiederherstellungs -OP usw...*

*Gruppe tauscht sich zu den Themen aus, die Teilnehmer und Teilnehmerin gerade bewegen, geben sich gegenseitig Unterstützung und Tipps.*

Klinikum Hanau  
Konferenzraum 115, 5 OG, HB-Gebäude  
Leimenstr.20  
63450 Hanau

Termine: einmal Monatlich, am letzten Donnerstag im Monat um 18Uhr  
Eine Anmeldung ist nicht notwendig.

Termine sind auch den Social-Media-Accounts zu entnehmen:

Instagram : adipositas.shg.hanau

Email: [adipositas.shg.hanau@gmx.de](mailto:adipositas.shg.hanau@gmx.de)

---

### **Adipositas Selbsthilfegruppe Gelnhausen**

Sekos Gelnhausen  
Bahnhofstrasse 12  
63571 Gelnhausen

Termine: Nur mit Anmeldung! Am ersten Montag im Monat, um 19Uhr

---

## **Angehörige Selbsthilfegruppe Essstörung – Gelnhausen**

Termine: einmal monatlich, private Treffen

---

## **Jugendliche**

### **Diakonisches Werk - Hanau – Main Kinzig**

*Ganz gleich, ob Sie sich einfach zum Thema Alkohol, illegale Drogen, Medikamente, Glücksspiel oder Medien informieren möchten, oder ob Sie oder ein Angehöriger bereits betroffen sind und Hilfe suchen, wir sind für Sie da.*

*Beratungsangebot richtet sich an betroffene Jugendliche und Erwachsene, Familienangehörige und Bezugspersonen sowie an Fachleute.*

#### **Standort Hanau**

Marie-Curie-Straße 1  
63457 Hanau  
Telefon: 06181/ 923 400  
Fax : 06181/ 923 40 50

#### **Standort Gelnhausen**

Bahnhofstraße 12  
63571 Gelnhausen  
Telefon: 06181/ 923 400  
Fax: 06181/ 923 40 50

#### **Standort Schlüchtern**

Dreibrüderstraße 1  
36381 Schlüchtern  
Telefon: 06181/ 923 400  
Fax: 06181/ 923 40 50

---

### **Jugendberatung und Jugendhilfe e.V. – Aufsuchende Suchtberatung Maintal – Beratungsstelle für Fragen zu Alkohol, Drogen und Sucht und Suchtprävention**

*Das Beratungsangebot der Aufsuchenden Suchtberatung richtet sich an Menschen jeden Alters, Geschlechts oder sexuellen Orientierung, die Fragen oder Schwierigkeiten im Umgang mit Drogen und Alkohol haben und deren Angehörige.*

*Das Präventionsangebot richtet sich vorrangig an Kindergärten, Grundschulen und weiterführende Schulen sowie soziale Einrichtungen der Stadt Maintal.*

Brüder-Schönfeld-Haus  
Ascher Straße 62  
63477 Maintal

Termine: *nach Vereinbarung*

Homepage [www.drogenberatung-jj.de](http://www.drogenberatung-jj.de)

---

## **Medikamente**

### **Freundeskreis e.V.**

*Selbsthilfegruppe für Alkoholabhängige, Suchtkranke und deren Angehörige.  
Gruppe teilt nicht nur Probleme und erlebte Erfahrungen miteinander, sondern auch  
Freizeit in einem abstinenten Leben.*

*„Wir sitzen alle in einem Boot, wer bereit ist auszusteigen, kann bei uns einsteigen.“*

Homepage: [www.freundeskreis.de](http://www.freundeskreis.de)

### **Selbsthilfegruppen**

-Freundeskreis Hanau

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Termine: montags, 18:30-20:00 Uhr

-Freundeskreis Büdingen

Düddelsheim Verwaltungsstelle  
Schulstraße 10  
63654 Büdingen

Termine: *montags, 19:30 Uhr*

Sucht Beratung auch im Nidderau Heldenbergen möglich.

-Freundskreis Altstadt

Evangelische Kirchengemeinde Martin Luther  
Evangelisches Gemeindehaus  
Herrnstraße 11  
63674 Altstadt-Waldsiedlung

Termine: *mittwochs, 20:00 Uhr*

---

### **Alternative '08**

*Offene Selbsthilfegruppe für stoffgebundene Abhängigkeitserkrankte, Gefährdete und Angehörige aller Altersklassen mit Schwerpunkt Alkohol, Drogen und Medikamente*

Brüder-Schönfeld-Haus  
Ascher Straße 62  
63477 Maintal-Dörnigheim

Termine: *donnerstags, 19:30 – 21:30 Uhr*  
Homepage [www.alternative08.de](http://www.alternative08.de)

---

### **Alltagsdrogenberatung Rödermark e.V.**

*Wir öffnen die Tür für ein suchtfreies Leben...  
... aber durchgehen muss jeder selber.*

#### ***Wir helfen und unterstützen***

*uns gegenseitig in allen Lebenslagen.*

*Unsere Selbsthilfegruppe steht jeder erkrankten und hilfesuchenden Person offen, gleich welchen Geschlechts, welcher Herkunft, Nationalität, Konfession und Status sie ist.*

Alltagsdrogenberatung Rödermark e.V.  
Heitkämperstraße 11  
63322 Rödermark

Termine:

Das Treffen der Selbsthilfegruppen findet jeden Montag und Mittwoch um 19:00 Uhr statt.  
Die Frauengruppe trifft sich alle 14 Tage am Freitag um 19:00 Uhr

**Notrufnummer: 0178 8317055**

Homepage: [www.alltagsdrogenberatung-roedermark.link](http://www.alltagsdrogenberatung-roedermark.link)

---

## **Spielsucht**

### **Selbsthilfegruppe für Spieler und deren Angehörige**

*Die Selbsthilfegruppe besteht aus Personen, die sich zusammengeschlossen haben, weil sie gleiche oder ähnliche Probleme zu bewältigen haben. Durch den gemeinsamen Austausch helfen sie sich letztlich selbst. Die Erfahrung kann für die Betroffenen, aber auch Angehörigen sehr entlastet und hilfreich sein.*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Termine: mittwochs, 18:00 – 19:00 Uhr, alle 14 Tage – gerade Wochen

---

### **Anonyme Spieler – Gamblers Anonymous – Gruppe Hanau**

*Anonyme Spieler (GA) sind eine Gemeinschaft von Frauen und Männern, die ihre Erfahrung, Kraft und Hoffnung miteinander teilen, um ihr gemeinsames Problem zu lösen und anderen süchtigen Spielern bei ihrer Genesung zu helfen.*

*Die einzige Bedingung für die Mitgliedschaft bei den Anonymen Spielern (GA) ist der aufrichtige Wunsch, mit dem Spielen aufzuhören.*

*Offenes Meeting mit Angehörigen*

Gemeindehaus  
Erdgeschoss – rechts  
Akademiestr. 7  
634 50 Hanau

Termine: freitags, 17:30 – 19:30 Uhr

## **PSYCHISCHE PROBLEME UND ERKRANKUNGEN**

### **Allgemein**

#### **Emotions Anonymous (EA) – Selbsthilfegruppe zur seelischen Gesundheit**

*Das Programm der Emotions Anonymous beruht auf dem Prinzip der Freiwilligkeit und der Selbsthilfe. Das Programm basiert auf dem Vertrauen in eine Macht, größer ist als wir selbst, und wirkt durch die Annahme in der Gruppe. Es zeigt uns den Weg, wie wir in unserem Denken und Fühlen gesund werden können, und schenkt uns die Gelassenheit, auch mit noch ungelösten Problemen in Frieden zu leben. Wir gehen diesen Weg, indem wir unsere Erfahrung, Kraft und Hoffnung miteinander teilen. So finden wir Mut unsere Mängel zuzugeben und achtsam mit uns zu sein — und fördern gesunde Emotionen für die entscheidende Zeit: Nur für heute.*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Termine: montags, 19:30 Uhr  
Ab 1.4.2024 findet das Gruppentreffen schon um 18Uhr!!  
Homepage [www.ea-selbsthilfe.net](http://www.ea-selbsthilfe.net)

---

#### **SePro – Selbsthilfegruppe für Menschen mit seelischen Problemen**

*In der Selbsthilfegruppe treffen sich Menschen mit ähnlichen Problemen. Die SHG bietet die Möglichkeit, sich mit anderen Betroffenen über die Erkrankung auszutauschen und von den Erfahrungen anderer zu profitieren, zum Beispiel zu Behandlungsmöglichkeiten und -erfolgen oder zum Umgang mit der Erkrankung. Zudem geben sich Betroffene in einer Selbsthilfegruppe auch ein Stück weit gegenseitig Halt und Unterstützung, machen Mut und spenden Trost. Darüber hinaus bietet eine Selbsthilfegruppe auch die Chance, gemeinsam aktiv zu sein.*

für Betroffene und Angehörige

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Homepage: [www.bzhanau-main-kinzig.de](http://www.bzhanau-main-kinzig.de)

Telefon: 06181/ 25 55 00

Termine: freitags, 17:30 - 19:00 Uhr

---

### **Selbsthilfegruppe „Richtung Lebensfreude“**

*Bewältigung von Angst, Panik, Depression für Betroffene und Angehörige*

*Menschen, die an Depressionen leiden, fühlen sich oft antriebslos, verunsichert und ziehen sich zurück. Alles strengt an, überfordert und macht keinen Spaß. Viele stellen sich die Frage: Was möchte ich? Was fühle ich? Wer bin ich? In der Selbsthilfe Gruppe „Richtung Lebensfreude“ geht es so. Sie möchten etwas ändern und sich auf den Weg zu sich selbst machen. Im Gespräch können Menschen voneinander und miteinander lernen, sich mitzuteilen und von ihren Erfahrungen zu berichten, sich nicht mehr alleine damit zu fühlen und Verständnis für sich selbst zu entwickeln.*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Termine: dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr

---

### **Ehemalige Patient\*innen psychosomatischer Kliniken, die nach dem „Bad Herrenalber-Modell“ therapierten**

*Das Bad Herrenalber Modell ist ein humanistisches und tiefenpsychologisch fundiertes, sich an dem Zwölf-Schritte-Programm zur Abstinenz gegenüber Suchtmitteln orientierendes, ganzheitliches Psychotherapie-Konzept auf Grundlage einer Therapeutischen Gemeinschaft. In den 1970er Jahren wurde es unter anderem von Walther H. Lechler gemeinsam mit Therapeuten und Patienten entwickelt.*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau



Café Metropol in Aschaffenburg

*Termine: am ersten Samstag des Monats, um 15.00 Uhr, da der Ort des Treffens wechselt, telefonische Anmeldung notwendig.*

Homepage: [www.lebenistbegegnung.de](http://www.lebenistbegegnung.de)

---

## **EFL - Ehe-, Familie- und Lebensberatung**

Beratungsstelle Hanau/ Diözese Fulda  
Langstr. 13 / Ecke Hirschstr.  
63450 Hanau

Homepage: [www.ehe-familien-lebensberatung-bistum-fulda.de](http://www.ehe-familien-lebensberatung-bistum-fulda.de)

## **Gruppe Wetterfest**

*Die Gruppe Wetterfest ist für Menschen gedacht, die mit Belastungen und Verlusterlebnissen leben müssen, die ihre innere Sicherheit zurückgewinnen wollen, die lernen wollen, besser mit Stress umzugehen, die in einer geleiteten Gruppe gegenseitige Unterstützung suchen.*

*In jedem Fall findet ein Vorgespräch statt, zur Abklärung der Ausgangssituation und der Erwartungen. Die Gruppe bietet sich auch als Ergänzung zu einer Beratung / Psychotherapie an.*

---

## **LUIS HILFT e.V. -offen begegnen-**

*Verein für DepressionsSupport, der sich darauf spezialisiert hat, Menschen in Ihrem Kampf gegen Depressionen zu unterstützen.*

*Bietet niederschwellige Unterstützung auf Augenhöhe um Ihre Genesung zu fördern, sowie professionelle Hilfe für Betroffene und Angehörige, sowie Informationen über Depressionen, ihre Symptome, Behandlungsoptionen und noch mehr.*

LUIS HILFT e.V.  
Pfarrer-Schwahn-Str. 16  
63179 Obertshausen

Offene Sprechstunde  
Montags von 14:00 bis 17:00 Uhr

Gesprächstermine auch nach Vereinbarung

Homepage: [www.luis-hilft.de](http://www.luis-hilft.de)

Ansprechpartner:  
Jörg Engelhardt  
Matthias Bork

Mail: [info@luis-hilft.de](mailto:info@luis-hilft.de)  
Telefon: 06104/ 789 927  
Mobil: 0159/ 01 941 541

---

### **Seligenstädter Bündnis gegen Depression Selbsthilfegruppe – Seligenstadt**

*In den Seligenstädter Selbsthilfegruppen treffen sich Depression Betroffene und Angehörige Menschen. Hier haben die Möglichkeit gehört und Verstanden zu werden.*

Anmeldung unter: [selbsthilfe@seligenstadt-depression.de](mailto:selbsthilfe@seligenstadt-depression.de) bei Frau Miriam Kammerer

Homepage : [www.seligenstadt-depression.de](http://www.seligenstadt-depression.de)

#### **SHG für Betroffene:**

- Gruppe 1) Montag, 14-tägig, gerade KW, um 19Uhr
- Gruppe 2) Dienstag 14-tägig, gerade KW, um 18:30Uhr
- Gruppe 3) Dienstag 14-tägig, gerade KW, um 19Uhr
- Gruppe 4) Donnerstag 14-tägig, ungerade KW, um 19Uhr

#### **SHG für Betroffene und Angehörige:**

Termin: letzte Freitag im Monat, um 16Uhr

#### **SHG für Angehörige:**

Termin: Dienstag, 14-tägig, gerade KW, um 19Uhr

---

## **Beratungsstellen Psychische Probleme & Erkrankungen**

### **LG Lebensgestaltung gGmbH– Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle**

*Die Angebote der Psychosozialen Kontakt und Beratungsstelle (PSKB) wenden sich an Menschen mit einer psychischen Erkrankung sowie deren Angehörige und*

*Freunde, die dringend Rat und Information wünschen oder nach geeigneter Unterstützung suchen. Im persönlichen Beratungsgespräch wird der aktuelle Hilfebedarf geklärt, über mögliche sozialrechtliche Hilfeleistungen informiert und bei den erforderlichen Antragstellungen unterstützt.*

LB Lebensgestaltung gGmbH  
Psychoziale Kontakt- und Beratungsstelle  
Nordstraße 88 Gebäude D  
63450 Hanau

Öffnungszeiten: Montag-Freitag 09:00 - 14:30 Uhr; Beratungsgespräche nach Vereinbarung

Homepage [www.lebensgestaltung.de](http://www.lebensgestaltung.de)

---

## **Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie- Hanau**

### Klinikum Hanau

*Unsere Klinik behandelt alle Menschen mit psychischen Erkrankungen aus unserer Versorgungsregion, die aufgrund der Art, Schwere oder Dauer der Erkrankung eine Behandlung mit den ambulanten oder stationären Komplexleistungen einer Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie benötigen.*

Ambulanz Adresse:

Julius-Leber-Strasse 2a

63450 Hanau

Termine: Mo.-Do 08:00-16:00Uhr und freitags 08:00 – 15:30 Uhr

Tel.: 06181 / 296-8100

Kontakt außerhalb der Öffnungszeiten über die Rezeption:

Tel.: 06181 / 296 - 0

---

## **LUIS HILFT e.V. -offen begegnen-**

*Verein für DepressionsSupport, der sich darauf spezialisiert hat, Menschen in Ihrem Kampf gegen Depressionen zu unterstützen.*

*Bietet niederschwellige Unterstützung auf Augenhöhe um Ihre Genesung zu fördern, sowie professionelle Hilfe für Betroffene und Angehörige, sowie Informationen über Depressionen, ihre Symptome, Behandlungsoptionen und noch mehr.*

LUIS HILFT e.V.  
Pfarrer-Schwahn-Str. 16  
63179 Obertshausen

Offene Sprechstunde  
Montags von 14:00 bis 17:00 Uhr

Gesprächstermine auch nach Vereinbarung

Homepage: [www.luis-hilft.de](http://www.luis-hilft.de)

Ansprechpartner:  
Jörg Engelhardt  
Matthias Bork

Mail: [info@luis-hilft.de](mailto:info@luis-hilft.de)  
Telefon: 06104/ 789 927  
Mobil: 0159/ 01 941 541

---

## **Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle -PSKB**

*Beratungsstelle für Menschen in Krisen, für Menschen mit psychischen Erkrankungen und für Angehörige. Sie bietet grundsätzlich Einzel-,Paar- und Familiengespräche und unterstützt bei der Klärung sozialer und persönlicher Probleme. Zudem informiert Sie über psychische Erkrankungen für Betroffene und Angehörige und bietet abwechselnde Gruppen- und Kontaktangebote an. Die Leistungen der Beratungsstelle sind kostenlos und vertraulich. Die Beraterinnen und Berater unterliegen der Schweigepflicht. Wir bieten persönliche, telefonische und digitale Beratungen an.*

Termine: Sie erreichen uns telefonisch montags – freitags 08:00-16:00 Uhr

Telefon 06051/ 921 85 00

Mail [bz@direct-bz.de](mailto:bz@direct-bz.de)

Direct- Beratungszentrum  
Hailerer Straße 24  
63571 Gelnhausen

---

### **Tagesstätte des BWMK für Menschen mit psychischen Erkrankungen**

*An die Tagesstätten des BWMK können sich Menschen mit psychischen Erkrankungen oder dauerhaften psychischen Beeinträchtigungen wenden, wenn sie in ihrer Situation verlässliche Begleitung brauchen. Die Tagesstätte bieten Unterstützung beim Knüpfen von sozialen Kontakten, bei der Strukturierung des Tages und bei der Rückkehr ins Berufsleben.*

Homepage [www.bwmk.de](http://www.bwmk.de)

### **Tageszentrum Langenselbold**

Kinzigstr. 1  
63505 Langenselbold

### **-Tagesstätte Gelnhausen**

#### **-Kaffeetreff**

Bahnhofstraße 16  
63571 Gelnhausen

### **-Tagesstätte Bad Soden – Salmünster**

Bad Sodener Straße 18  
63628 Bad Soden – Salmünster

Homepage [www.bwmk.de](http://www.bwmk.de) und [www.direct-bz.de](http://www.direct-bz.de)

---

## **SELIGENSTÄDTER BÜNDNIS GEGEN DEPRESSION e.V.**

*Das „Seligenstädter Bündnis gegen Depression“ setzt sich auf lokaler Ebene für eine bessere Versorgung depressiv erkrankter Menschen und ihrer Angehörigen ein. Unter dem Dach der Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention verfolgt es das Ziel, die*

- *Situation depressiv erkrankter Menschen zu verbessern*

- *das Wissen über die Krankheit in der Bevölkerung und Angehörigen zu erweitern*
- *suizidalem Verhalten vorzubeugen*

Homepage: [www.seligenstadt-depression.de](http://www.seligenstadt-depression.de)

Kontakt: [info@seligenstadt-depression.de](mailto:info@seligenstadt-depression.de)

---

## **Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom / Kinder, Jugendliche und Erwachsene**

### **AD(H)S-Selbsthilfegruppe – Hanau**

*Die Selbsthilfegruppe möchte Erwachsenen Betroffenen und Angehörigen einen geschützten Raum bieten, um sich austauschen und voneinander lernen zu können. Das Verständnis, dass ADHS nicht nur negativ ist, sondern auch seine guten Seiten haben kann, wenn man weiß, wo es einen einschränkt und wie man damit umgehen kann, kann ein zusätzlicher Gewinn sein. Und dazu ist der Austausch untereinander enorm wichtig.*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
SEKOS 3. Stockwerk  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau  
Homepage: <https://bzhanau-main-kinzig.de>

*Telefon: 06181/ 25 55 00*

Termine: jede 14 Tage freitags, ungerade Kalenderwochen, um 17:00 – 18:30 Uhr  
Telefonische Termine: Montag, Mittwoch und Donnerstag von 15:00 bis 16Uhr

---

## **AD(H)S-Selbsthilfegruppe Großkrotzenburg**

*Die Selbsthilfegruppe ist offen für betroffenen Erwachsenen, nicht selbst betroffenen Ehe- und Lebenspartnern auch Eltern betroffener Kinder, sowie selbst betroffene Jugendliche und junge Erwachsene. In der Selbsthilfegruppe sind nunmehr fast alle Altersgruppen vertreten.*

Theodor-Pörtner-Haus  
Großer Saal im 1. OG  
Breite Straße 14  
63538 Großkrotzenburg

Termine: 1. Donnerstag im Monat, 20:00 Uhr  
Homepage [www.adhs-erwachsene.eu](http://www.adhs-erwachsene.eu)

---

## **Angehörige von psychisch Erkrankten**

### **Eltern von Kindern mit psychischen Problemen und/oder geistigen Beeinträchtigungen**

*Die Selbsthilfegruppe ist grundsätzlich offen für alle Eltern von Kindern mit psychischen Problemen und/oder geistigen Beeinträchtigungen. Besonders angesprochen werden sollen Eltern, die schon viele Jahre der Begleitung und eventuell auch Betreuung von Kindern mit psychischen Problemen und/oder geistigen Beeinträchtigungen bewältigt haben.*

Kinderhaus der Lebenshilfe  
Gärtnerhaus  
Landstr.1  
63454 Hanau

Termine: monatlich, jede erste Dienstag um 18:15 Uhr

---

### **Selbsthilfegruppe „Richtung Lebensfreude“**

## *Bewältigung von Angst, Panik, Depression für Betroffene und Angehörige*

*Menschen, die an Depressionen leiden, fühlen sich oft antriebslos, verunsichert und ziehen sich zurück. Alles strengt an, überfordert und macht keinen Spaß. Viele stellen sich die Frage: Was möchte ich? Was fühle ich? Wer bin ich? In der Selbsthilfe Gruppe „Richtung Lebensfreude“ geht es so. Sie möchten etwas ändern und sich auf den Weg zu sich selbst machen. Im Gespräch können Menschen voneinander und miteinander lernen, sich mitzuteilen und von ihren Erfahrungen zu berichten, sich nicht mehr alleine damit zu fühlen und Verständnis für sich selbst zu entwickeln.*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Termine: dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr

## **Gruppe für psychisch belastete Eltern – Eltern-Kind-Gruppe „Family Time“**

*Gruppenangebot für belastete Familien zur Stärkung der Eltern-Kind-Bindung im Rahmen der Multifamilientherapie.*

Albert-Schweizer-Kinderdorf Hessen e.V.  
ask Familienberatungsstelle  
Am Pedro-Jung-Park 11  
63450 Hanau

Termine: nach telefonischer Vereinbarung

Homepage [www.ask-hessen.de](http://www.ask-hessen.de)

---

## **Angehörige junger Menschen mit einer seelischen Behinderung**

Sekos Gelnhausen  
Raum 2  
Bahnhofstraße 12  
63571 Gelnhausen



Termine: Am ersten Freitag im Monat, 17:00Uhr

---

### **LUIS HILFT e.V. -offen begegnen-**

*Verein für DepressionsSupport, der sich darauf spezialisiert hat, Menschen in Ihrem Kampf gegen Depressionen zu unterstützen.*

*Bietet niederschwellige Unterstützung auf Augenhöhe um Ihre Genesung zu fördern, sowie professionelle Hilfe für Betroffene und Angehörige, sowie Informationen über Depressionen, ihre Symptome, Behandlungsoptionen und noch mehr.*

LUIS HILFT e.V.  
Pfarrer-Schwahn-Str. 16  
63179 Obertshausen

Offene Sprechstunde  
Montags von 14:00 bis 17:00 Uhr

Gesprächstermine auch nach Vereinbarung

Homepage: [www.luis-hilft.de](http://www.luis-hilft.de)

Ansprechpartner:  
Jörg Engelhardt  
Matthias Bork

Mail: [info@luis-hilft.de](mailto:info@luis-hilft.de)  
Telefon: 06104/ 789 927  
Mobil: 0159/ 01 941 541

---

### **Seligenstädter Bündnis gegen Depression Selbsthilfegruppe – Seligenstadt**

*In den Seligenstädter Selbsthilfegruppen treffen sich Depression Betroffene und Angehörige Menschen. Hier haben die Möglichkeit gehört und Verstanden zu werden.*

Anmeldung unter: [selbsthilfe@seligenstadt-depression.de](mailto:selbsthilfe@seligenstadt-depression.de) bei Frau Miriam Kammerer

Homepage : [www.seligenstadt-depression.de](http://www.seligenstadt-depression.de)

**SHG für Betroffene:**

Gruppe 1) Montag, 14-tägig, gerade KW, um 19Uhr  
Gruppe 2) Dienstag 14-tägig, gerade KW, um 18:30Uhr  
Gruppe 3) Dienstag 14-tägig, gerade KW, um 19Uhr??  
Gruppe 4) Donnerstag 14-tägig, ungerade KW, um 19Uhr

**SHG für Betroffene und Angehörige:**

Termin: letzte Freitag im Monat, um 16Uhr

**SHG für Angehörige:**

Termin: Dienstag, 14-tägig, gerade KW, um 19Uhr

---

**Arbeitsgemeinschaft der Angehörigen psychisch kranker Menschen in Frankfurt**

*Die Arbeitsgemeinschaft bietet Hilfe für Angehörige von akut und chronisch Erkrankten mit Tipps, Wissen, Anlaufstellen und Erfahrungsberichten.*

*Beratungstermine: letzter Freitag im Monat, 17:00-18:00 Uhr;*

Telefonberatung (069) 949 476 77 67

E-Mail: [kontakt@angehoerige-frankfurt.de](mailto:kontakt@angehoerige-frankfurt.de)

**Offenes Treffen für Angehörige von Angehörigen**

*Termine: letzter Freitag im Monat, 18:00-20:00 Uhr*

*Treffen finden bis Weiteres als Telefonkonferenz/ Zoom-Konferenz statt!*

*Nach Anmeldung unter [kontakt@angehoerige-frankfurt.de](mailto:kontakt@angehoerige-frankfurt.de), erhalten Sie von uns die Zugangsdaten zur Zomm Konferenz.*

Homepage [www.angehoerige-frankfurt.org](http://www.angehoerige-frankfurt.org)

---

**Initiative Forensik (Hessen)**

**Selbsthilfegruppe für Angehörige von Forensik-Patienten**

*Die Austauschgruppe für Angehörige von Patienten im hessischen Massregelvollzug.*

Kurt-Schumacher-Str. 43 (2.Stock)

603 13 Frankfurt am Main

Termine: ca. alle acht Wochen statt immer dienstags.

Kontakt, Informationen und Anmeldung:  
Telefon 0152/34060538  
Mail [info@angehoerige-hessen.de](mailto:info@angehoerige-hessen.de)

---

## **Ortsverband Darmstadt der Angehörigen psychisch Kranker e.V.**

*Eine Selbsthilfegruppe kann Angehörigen psychisch Kranker, die meist viele Schwierigkeiten haben und vor lauter Sorgen um ihr krankes Familienmitglied sich selbst vergessen, wertvolle Hilfe leisten, damit Eltern, Ehepaare oder Geschwister wieder zu einem eigenständigen Leben mit Zuversicht und Freude finden.*

Haus des Caritasverbandes  
Sturzstraße 9  
64258 Darmstadt

Termine: 14-täglich montags, 17:30-19:00 Uhr  
meist in ungeraden Kalenderwochen, genaue Termine unter:  
<https://angehoerige-darmstadt.de/gespraechе-termine/termine/>  
Homepage [www.angehoerige-darmstadt.de](http://www.angehoerige-darmstadt.de)

---

## **Angststörungen, Panikattacken**

### **Selbsthilfegruppe „Richtung Lebensfreude“**

*Bewältigung von Angst, Panik, Depression für Betroffene und Angehörige*

*Bewältigung von Angst, Panik, Depression für Betroffene und Angehörige*

*Menschen, die an Depressionen leiden, fühlen sich oft antriebslos, verunsichert und ziehen sich zurück. Alles strengt an, überfordert und macht keinen Spaß. Viele stellen sich die Frage: Was möchte ich? Was fühle ich? Wer bin ich? In der Selbsthilfe Gruppe „Richtung Lebensfreude“ geht es so. Sie möchten etwas ändern und sich auf den Weg zu sich selbst machen. Im Gespräch können Menschen voneinander und miteinander lernen, sich mitzuteilen und von ihren Erfahrungen zu berichten, sich nicht mehr alleine damit zu fühlen und Verständnis für sich selbst zu entwickeln.*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig

Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Termine: dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr

### **SePro - Selbsthilfegruppe für Menschen mit seelischen Problemen**

*In der Selbsthilfegruppe treffen sich Menschen mit ähnlichen Problemen. Die SHG bietet die Möglichkeit, sich mit anderen Betroffenen über die Erkrankung auszutauschen und von den Erfahrungen anderer zu profitieren, zum Beispiel zu Behandlungsmöglichkeiten und -erfolgen oder zum Umgang mit der Erkrankung. Zudem geben sich Betroffene in einer Selbsthilfegruppe auch ein Stück weit gegenseitig Halt und Unterstützung, machen Mut und spenden Trost. Darüber hinaus bietet eine Selbsthilfegruppe auch die Chance, gemeinsam aktiv zu sein.*

für Betroffene und Angehörige

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Homepage: [www.bzhanau-main-kinzig.de](http://www.bzhanau-main-kinzig.de)

Telefon: 06181/ 25 55 00

Termine: freitags, 17:30 - 19:00 Uhr

---

### **Selbsthilfegruppe für Menschen mit Depressionen und Ängsten**

*Die Selbsthilfegruppe „Menschen mit Depressionen und Ängsten“ ist eine gemischte Gruppe ohne Alterseinschränkung und besteht nun seit 20 Jahren. Der Schwerpunkt der Gruppenabende sind Gespräche und Verständnis.*

Haus „Shalom“ Bruchköbel  
Riedstraße 5  
63486 Bruchköbel

Termine: montags, 19:00-20:30 Uhr

---

## **Bipolare Störungen**

### **Selbsthilfegruppe „2 Gesichter“ für manisch-depressive Menschen – Schlüchtern**

Treffen in Kreiskrankenhaus Schlüchtern.  
Termine: 1x monatlich, telefonisch erfragen.

MKKliniken Schlüchtern  
Kurfürstenstraße 17  
36381 Schlüchtern

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

---

### **Selbsthilfegruppe Polarlichter – Frankfurt am Main**

### **Selbsthilfegruppe Polarsterne – Frankfurt am Main**

Homepage [www.selbsthilfe-frankfurt.net](http://www.selbsthilfe-frankfurt.net)

### **Selbsthilfe e.V.**

Selbsthilfe-Kontaktstelle Frankfurt  
Sonnemannstraße 3,  
60314 Frankfurt am Main

Beratung zu Selbsthilfegruppen 069/ 55 94 44  
Mo und Dienstag 10:00-14:00 Uhr, Donnerstag 15:00-19:00 Uhr

---

## **Borderline**

### **Borderline-Selbsthilfegruppe für Betroffene und Angehörige**

*Das Borderline-Syndrom ist eine emotional instabile Persönlichkeitsstörung gekennzeichnet von Impulsivität und Instabilität. Es ist die Unfähigkeit innere gefühlsmäßige Zustände zu kontrollieren. Diese Spannungszustände werden als unerträglich empfunden.*

*Die Selbsthilfegruppe Borderline setzt sich aus Betroffenen zusammen, die es sich ebenfalls zum Ziel gesetzt haben, Hilfe zur Selbsthilfe zu geben. Menschen mit dem Borderline-Syndrom unterstützen und motivieren sich gegenseitig, die eigene Situation zu akzeptieren.*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

*Termine: jeden zweiten Dienstag (gerade Kalenderwochen), 19:00 Uhr;  
telefonische Anmeldung erforderlich*

---

### **Selbsthilfegruppe für Menschen mit einer Borderline Persönlichkeitsstörung „Regenbogen“**

Sekos Gelnhausen  
Raum 2  
Bahnhofstraße 12  
63571 Gelnhausen

Termine: jede 14 Tage freitags, 17:30-19:30 Uhr, mit Voranmeldung

---

### **Selbsthilfegruppe Borderline Frankfurt – von Frauen für Frauen**

*Die Gruppe trifft sich ohne therapeutische Leitung auf Grundlage des Fertigkeiten-Trainings (DBT) nach Linehan mit Stärkung der Fertigkeiten Innere Achtsamkeit, zwischenmenschliche Fähigkeiten, Umgang mit Gefühlen, Stresstoleranz und Selbstwert.*

Haus 17, Tagestreff für Frauen  
Alfred-Brehm-Platz 17  
60316 Frankfurt am Main

*Termine: donnerstags, 18:30-20:15 Uhr, Voranmeldung erforderlich per Mail,  
Kontakt über Selbsthilfe Frankfurt.*

Homepage [www.borderline-frankfurt.de](http://www.borderline-frankfurt.de)

Mail [info@borderline-frankfurt.de](mailto:info@borderline-frankfurt.de)

Selbsthilfe e.V.  
Selbsthilfe-Kontaktstelle Frankfurt

Beratung zu Selbsthilfegruppen 069/ 55 94 44  
Mo und Dienstag 10:00-14:00 Uhr, Donnerstag 15:00-19:00 Uhr

---

## **Chamäleon – Junge Borderline-**

### **Selbsthilfegruppe ONLINE**

*In der Selbsthilfegruppe "Chamäleon" wollen wir uns damit beschäftigen, wie man mit Borderline „gut“ leben kann und gesundes Verhalten lernen. Wir möchten Skillsanwendung gemeinsam einüben und uns gegenseitig neue Wege zeigen. Besonderen Wert legen wir dabei auf einen offenen, wertschätzenden Austausch unter Betroffenen, im geschützten Raum. Wir wünschen uns eine verbindliche Gruppe, in der Vertrauen wachsen kann. Deshalb ist eine möglichst regelmäßige Teilnahme an der Selbsthilfegruppe wichtig. Geplant ist, dass sich die Gruppe zunächst wöchentlich ONLINE trifft.*

Kontakt: Selbsthilfe e.V.  
Selbsthilfe-Kontaktstelle Frankfurt

Beratung zu Selbsthilfegruppen 069/ 55 94 44  
Mo und Dienstag 10:00-14:00 Uhr, Donnerstag 15:00-19:00 Uhr

**[www.selbsthilfe-frankfurt.net](http://www.selbsthilfe-frankfurt.net)**

---

## **Depressionen, depressive Episoden, Burnout**

### **Selbsthilfegruppe „Richtung Lebensfreude“**

*Bewältigung von Angst, Panik, Depression für Betroffene und Angehörige*

*Menschen, die an Depressionen leiden, fühlen sich oft antriebslos, verunsichert und ziehen sich zurück. Alles strengt an, überfordert und macht keinen Spaß. Viele stellen sich die Frage: Was möchte ich? Was fühle ich? Wer bin ich? In der Selbsthilfegruppe „Richtung Lebensfreude“ geht es so. Sie möchten etwas ändern und sich auf den Weg zu sich selbst machen. Im Gespräch können Menschen voneinander und miteinander lernen, sich mitzuteilen und von ihren Erfahrungen zu berichten, sich nicht mehr alleine damit zu fühlen und Verständnis für sich selbst zu entwickeln.*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Termine: dienstags, 18:15 – 19:45 Uhr

---

### **SePro - Selbsthilfegruppe für Menschen mit seelischen Problemen**

*In der Selbsthilfegruppe treffen sich Menschen mit ähnlichen Problemen. Die SHG bietet die Möglichkeit, sich mit anderen Betroffenen über die Erkrankung auszutauschen und von den Erfahrungen anderer zu profitieren, zum Beispiel zu Behandlungsmöglichkeiten und -erfolgen oder zum Umgang mit der Erkrankung. Zudem geben sich Betroffene in einer Selbsthilfegruppe auch ein Stück weit gegenseitig Halt und Unterstützung, machen Mut und spenden Trost. Darüber hinaus bietet eine Selbsthilfegruppe auch die Chance, gemeinsam aktiv zu sein.*

für Betroffene und Angehörige

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Homepage: [www.bzhanau-main-kinzig.de](http://www.bzhanau-main-kinzig.de)

Telefon: 06181/ 25 55 00

Termine: freitags, 17:30 – 19:00 Uhr

---

### **Emotions Anonymous (EA) – Selbsthilfegruppe zur seelischen Gesundheit**

*Das Programm der Emotions Anonymous beruht auf dem Prinzip der Freiwilligkeit und der Selbsthilfe. Das Programm basiert auf dem Vertrauen in eine Macht, größer ist als wir selbst, und wirkt durch die Annahme in der Gruppe. Es zeigt uns den Weg, wie wir in unserem Denken und Fühlen gesund werden können, und schenkt uns die Gelassenheit, auch mit noch ungelösten Problemen in Frieden zu leben. Wir gehen diesen Weg, indem wir unsere Erfahrung, Kraft und Hoffnung miteinander teilen. So finden wir Mut unsere Mängel zuzugeben und achtsam mit uns zu sein — und fördern gesunde Emotionen für die entscheidende Zeit: Nur für heute.*



Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

*Termine: montags, 19:30 Uhr*  
Ab 1.4.2024 findet das Gruppentreffen schon um 18Uhr statt!

Homepage [www.ea-selbsthilfe.net](http://www.ea-selbsthilfe.net)

---

### **Selbsthilfegruppe für Menschen mit Ängsten und Depressionen**

Sekos Gelnhausen  
Raum 1  
Bahnhofstraße 12  
63571 Gelnhausen

Termine: Dienstag und Donnerstag im Wechsel, um 19:30 Uhr

---

### **Selbsthilfegruppe „Heiterbiswolkig“ für seelische Gesundheit**

Sekos Gelnhausen  
Bahnhofstraße 12  
63571 Gelnhausen

Termine: 1x Monatlich dienstags, 18:00 Uhr

---

### **Selbsthilfegruppe für Menschen mit Depressionen und Ängsten**

*Die Selbsthilfegruppe „Menschen mit Depressionen und Ängsten“ ist eine gemischte Gruppe ohne Alterseinschränkung und besteht nun seit 20 Jahren. Der Schwerpunkt der Gruppenabende sind Gespräche und Verständnis.*

Haus „Shalom“ Bruchköbel  
Riedstraße 5  
63486 Bruchköbel

*Termine: montags, 19:00 Uhr (nicht am Feiertagen)*

---

## **Selbsthilfegruppe für Männer mit Depressionen**

*„Wer lassten trägt braucht Unterstützung“*

*An Depression Betroffene Männer treffen sich zweimal im Monat in lockerer Runde. Probleme und Erfahrungen auszutauschen. Die Gruppe ist offen, allerdings ist es ratsam (aber nicht notwendig) den Gruppen Ansprechpartner vorab zu kontaktieren um ein kleines unverbindliches „Erstgespräch“ zu führen.*

Pfarrer-Schwahn-Str. 16  
63179 Obertshausen-Hausen

Termine: 1. und 3. Montag im Monat, 19:00 Uhr

Homepage [www.shg-maenner-depression.de](http://www.shg-maenner-depression.de)

Selbsthilfe Telefon 06104-789927

---

## **Anderes Burnout Café - ABC**

Generationentreff Salmünster  
Frankfurter Str. 58  
636 28 Bad Soden-Salmünster

Termine: Präsenzgruppe trifft sich in Bad Soden-Salmünster *jeden 3. Dienstag im Monat, 19:00-21:15 Uhr*  
Online – Selbsthilfegruppe, die jeweils am 3. Montag im Monat von 19:00 bis 21:00 Uhr als Zoom-Meeting stattfindet  
Präsenzgruppe in Bad Soden-Salmünster *jeden 3. Dienstag im Monat, 19:00-21:15 Uhr*

Genauere Termine zum Präsenz und Online treffen sind der Homepage zu entnehmen.

Homepage: <https://anderes-burnout-cafe.de/bad-soden-salmuenster>

---

## **Seligenstädter Bündnis gegen Depression Selbsthilfegruppe – Seligenstadt**

*In den Seligenstädter Selbsthilfegruppen treffen sich Depression Betroffene und Angehörige Menschen. Hier haben die Möglichkeit gehört und Verstanden zu werden.*

Anmeldung unter: [selbsthilfe@seligenstadt-depression.de](mailto:selbsthilfe@seligenstadt-depression.de) bei Frau Miriam Kammerer

Homepage : [www.seligenstadt-depression.de](http://www.seligenstadt-depression.de)

**SHG für Betroffene:**

Gruppe 1) Montag, 14-tägig, gerade KW, um 19Uhr

Gruppe 2) Dienstag 14-tägig, gerade KW, um 18:30Uhr

Gruppe 3) Dienstag 14-tägig, gerade KW, um 19Uhr

Gruppe 4) Donnerstag 14-tägig, ungerade KW, um 19Uhr

**SHG für Betroffene und Angehörige:**

Termin: letzte Freitag im Monat, um 16Uhr

**SHG für Angehörige:**

Termin: Dienstag, 14-tägig, gerade KW, um 19Uhr

---

## **Mobbing**

### **Mobbing Kontaktstelle (MKS) Frankfurt Main - Rhein**

Telefon-Hotline – Hilfe und Unterstützung bei Mobbing

***Mobbingkontaktstelle - HOTLINE***

*Termine: dienstags und donnerstags 17:00-19:00 Uhr*

**Telefon (069) 830 077 128**

**Telefon (069) 830 077 129**

Homepage [www.mobbing-frankfurt.de](http://www.mobbing-frankfurt.de)

### **Offener Gesprächskreis für Betroffene**

jeden 2. Mittwoch im Monat 18 bis 20 Uhr

Teilnahme nur nach Voranmeldung:

per Mail: [Mobbing-Gespraechskreis-Frankfurt@web.de](mailto:Mobbing-Gespraechskreis-Frankfurt@web.de)

per Telefon: 069-2165-1224

(Sekretariat Evangelisches Stadtdekanat Frankfurt am Main und Offenbach) montags bis freitags von 8 bis 13 Uhr

Die Anmeldebestätigung erhalten Sie telefonisch.

Kostenbeitrag: 5 €/ Abend

---

## **Opfer von Narzissten**

### **Stammtische „Hilfe für Opfer von Narzissten“**

*Wenn Selbstverliebtheit anderen schadet, wird sie zum Narzissmus. Ein großes Ego an sich ist noch kein Problem, doch wenn Narzissmus Menschen in ihrem Alltag beeinträchtigt und wir Opfer von körperlichem und seelischem Missbrauch werden, müssen wir den Narzissmus in seine Schranken weisen.*

#### **-Stammtisch Hanau**

Anmeldung per Email: [tangomitnarc@gmail.com](mailto:tangomitnarc@gmail.com)

#### **-Stammtisch Giessen**

Anmeldung per Email: [hilfe-narzisstischer-missbrauch@gmx.de](mailto:hilfe-narzisstischer-missbrauch@gmx.de)

#### **-Stammtisch Wiesbaden**

Anmeldung per Email: [stammtischwiesbaden@gmx.de](mailto:stammtischwiesbaden@gmx.de)

*Stammtische, das sind ganz entspannte Treffen für Betroffene von narzisstischem Missbrauch in gemütlicher und sicherer Atmosphäre. Hierbei handelt es sich nicht um Selbsthilfegruppen im klassischen Sinne – kein Therapeut ist hierbei anwesend. Es geht nur darum, dass Betroffene sich unter Gleichgesinnten austauschen und unterstützen können, während sie gemeinsam etwas Leckerer essen.*

*Jeder Stammtisch ist kostenlos, Sie bezahlen nur, was Sie am Treffpunkt essen oder trinken möchten. Diese Treffen finden jeweils 1 bis 2 Mal im Monat statt.*

Homepage: <https://hilfueeropfervonnarzissten.com>

---

# BESONDERE LEBENSLAGEN

## Schwangerschaft und Geburt

### **Frühchen Eltern Treff**

*Alle Frühchen-Eltern sind herzlich willkommen und dürfen sich locker austauschen mit ihren Fragen und Erfahrungen einbringen oder einfach andere Frühchen-Eltern kennenlernen.*

Termine: Jeden zweiten Mittwoch im Monat um 19: 30 Uhr

Homepage: [www.sekosgelnhausen.de](http://www.sekosgelnhausen.de)

Sekos Gelnhausen  
Raum 1  
Bahnhofstraße 12  
63571 Gelnhausen

---

### **Sozialdienst katholischer Frauen Hanau (SkF)**

Sozialdienst katholischer Frauen Hanau (SkF)  
Friedrichstraße 12  
63450 Hanau

Homepage [www.skf-hanau.de](http://www.skf-hanau.de)

Telefon (06181) 364 500  
Mail [info@skf-hanau.de](mailto:info@skf-hanau.de)

### **Beratung**

*Der Sozialdienst katholischer Frauen Hanau bietet Schwangerenberatung und Schwangerenhilfe, unabhängig von der Religionszugehörigkeit.  
Beratung über Telefon, Video oder im direkten Kontakt.*

*Bürozeiten: montags und freitags, 09:00-12:00 Uhr;  
dienstags und donnerstags, 14:00-16:00 Uhr*

### **Lio Bärchen**

*Eltern und Kinder zusammen aktiv.*

*Babygruppe für Eltern mit Kindern zwischen 5 Monaten und 1 Jahr.  
Gruppe für Eltern mit Kleinkindern im Alter von 1 bis 3 Jahren.*

Termine: immer Mittwoch 10:00 – 12:00Uhr, im zweiwöchigen Wechsel.

### **Café Lioba**

*In der Friedrichstraße 12 finden Sie auch das Café Lioba für Familien, Alleinerziehende, Mütter, Väter und Großeltern. Eine Kinderbetreuung wird angeboten.*

Termine: dienstags, 15:00-17:00 Uhr

### **Minis Basar**

*Im Minis Basar gibt es Spielsachen und Bekleidung für die Kleinen, Frauenbekleidung sowie zeitweise auch Kleinmöbel.*

Termine: montags, 09:00-11:00 Uhr; dienstags 15:00-17:00 Uhr

### **Familienpatenschaften auf Zeit**

*Entlastung von Familien und Alleinerziehenden sowie Schwangeren oder frisch geborenen Eltern. Die Familienpaten helfen beim Alltag mit einem Säugling oder Kleinkind bis 3 Jahre und bieten eine kleine Auszeit im turbulenten Familienleben, tauschen sich mit Ihnen aus, spielen mit dem Kind, wenn Sie sich mit dem Geschwisterkind beschäftigen, helfen beim Einkauf, begleiten zum Arzt oder zu Behörden oder gehen mit dem Geschwisterkind auf den Spielplatz.*

*Das Angebot ist kostenfrei und freiwillig.*

---

### **Pro Familia – Beratungsstelle Hanau**

*Einzel- und Paarberatung, Sexualberatung von Jugendlichen und Erwachsenen, Kinderwunschberatung, Schwangerschaftsberatung, Schwangerschaftskonfliktberatung, Sexualpädagogik*

Vor dem Kanaltor 3  
63450 Hanau

**Sprechzeiten:** montags und dienstags, 15:00-18:00 Uhr,  
mittwochs und freitags, 09:00-12:00 Uhr  
*Vereinbarte Termine finden auch außerhalb der Sprechzeiten statt.*

**Telefon** (06181) 218 54

**Mail** [hanau@profamilia.de](mailto:hanau@profamilia.de)

**Homepage** [www.profamilia.de](http://www.profamilia.de)

---

## **Arbeitslosigkeit**

### **Erwerbslosenkreis Hanau**

*Der Erwerbslosenkreis Hanau bietet Hilfe bei Anträgen, Bescheiden, Widersprüchen und / oder die Begleitung zum Jobcenter.*

---

### **Haus der Volksarbeit**

*„Hinterm Horizont geht 's weiter...“*

*Für Erweblose, die neue Wege suchen, in der Arbeitslosigkeit Ihre Lebenssituation zu verbessern, sich in Alltagsdingen mit anderen vernetzen möchten, Interesse an politischer Auseinandersetzung mit Bedingung der Erwerbslosigkeit haben.*

Eschenheimer Anlage 21  
Frankfurt am Main

---

## **Gewalterfahrung / Opfer von Kriminalität**

***Frauen helfen Frauen Hilfe zur Selbsthilfe e.V.***  
***Hilfe für Frauen bei Häuslicher Gewalt***

### **Frauenhaus Hanau**

*Schutz und Unterkunft für Frauen und deren Kinder, die von häuslicher Gewalt, Zwangsheirat, Stalking oder Menschenhandel bedroht oder betroffen sind.*

Frauenhaus  
Eberhardstraße 3, 63450 Hanau  
63404 Hanau

Homepage [www.frauenhaus-hanau.de](http://www.frauenhaus-hanau.de)

**Telefon rund um die Uhr : 0800/ 116016**

*Termine: nach Vereinbarung, Aufnahme nach Absprache*  
*Telefonische Erreichbarkeit : montags-freitags 09:30-12:00 Uhr*

Telefon (06181) 125 75

Mail [hilfe@frauenhaus-hanau.de](mailto:hilfe@frauenhaus-hanau.de)

### **Fachberatungs- und Interventionsstelle bei häuslicher Gewalt**

*Beratung bei häuslicher Gewalt und nach dem Gewaltschutzgesetz, in Trennungs-/  
Scheidungssituationen, bei Stalking, nach Vergewaltigung.  
Beratungen erfolgen kostenfrei und auf Wunsch Anonym.*

Fachberatungs- und Interventionsstelle bei häuslicher Gewalt  
Eberhardstraße 3  
63450 Hanau

*Termine: nach telefonischer Vereinbarung*  
*Telefonische Erreichbarkeit : montags-freitags 09:30-12:00 Uhr*

Telefon (06181) 189 76 64

Mail [hilfe@frauenberatung-hanau.de](mailto:hilfe@frauenberatung-hanau.de)

Homepage [www.frauenberatung-hanau.de](http://www.frauenberatung-hanau.de)

---

### **HANAUER HILFE e.V.**

Salzstraße 11  
63450 Hanau

*Beratung von Opfern und Zeugen von Straftaten; die HANAUER HILFE berät Op-  
fer (auch Online), begleitet Zeugen zu Gerichtsterminen und bietet Termine zum Tä-  
ter-Opfer-Ausgleich im Erwachsenenstrafrecht.*

*Öffnungszeiten: montags bis freitags, 09:00-12:00 Uhr,  
montags, 15:00-17:00 Uhr, donnerstags, 17:00-18:30 Uhr  
und nach Vereinbarung*



Telefon (06181) 248 71  
Fax (06181) 248 75

Mail [kontakt@hanauer-hilfe.de](mailto:kontakt@hanauer-hilfe.de)

Homepage [www.hanauer-hilfe.de](http://www.hanauer-hilfe.de)

---

### **Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen**

*Bundesweites Beratungsangebot für Frauen, die Gewalt erlebt haben oder noch erleben. 365 Tage im Jahr rund um die Uhr erreichbar. Beratungsangebot für Frauen, die von Gewalt betroffen sind. Per Telefon und Online Beratung unterstützt das Hilfetelefon Betroffene aller Nationalitäten, mit und ohne Behinderung. Sowohl Betroffene als auch Angehörige, Freunde sowie Fachkräfte können sich anonym und kostenfrei beraten lassen.*

*Bei Bedarf können Dolmetscher/innen zum Gespräch hinzugeschaltet werden.*

Telefon (0800) 0116 016

E-Mail-Beratung und Chat-Beratung sind möglich, allerdings nur in Deutsch. Bitte melden Sie sich hierfür auf der Homepage an.

Homepage [www.hilfetelefon.de](http://www.hilfetelefon.de)

---

### **Lawine e.V. – Beratungsstelle und Präventionsstelle gegen sexuelle Gewalt**

Lawine e.V.  
Chemnitzer Straße 20  
63452 Hanau

*Am Infotelefon und persönlich erfolgt eine Beratung für Mädchen und Jungen bis 12 Jahre, Frauen und Mädchen im Teenageralter, Eltern und Vertrauenspersonen. Juristische Begleitung ist ebenfalls möglich.*

*Bei Bedarf findet eine psychotherapeutische Frauengruppe für Frauen, die sexuelle Gewalt erlebt haben, statt.*

*Für 10- bis 15-jährige Mädchen finden Selbstbehauptungskurse statt.*

Telefon (06181) 256 602

*Sprechzeiten: montags, 14:00-16:00 Uhr,  
dienstags und donnerstags 10:00-12:00 Uhr  
Anrufbeantworter, Beratungstermine auch nach Vereinbarung*

Mail [info@lawine-ev.de](mailto:info@lawine-ev.de)

Homepage [www.lawine-ev.de](http://www.lawine-ev.de)

---

## **Stabsstelle Prävention, Sicherheit und Sauberkeit der Stadt Hanau**

Am Markt 14-18  
63450 Hanau

*Sprechzeiten nach Vereinbarung*

Telefon (06181) 295 19 51

Mail [Praevention@hanau.de](mailto:Praevention@hanau.de)

### **Gewalt-Sehen-Helfen**

*Workshops für Bürgerinnen und Bürger zur Sensibilisierung und Information zu richtigem Helferverhalten in bedrohlichen Situationen*

*Anmeldung über:*

Ordnungsamt und Bürgerservice  
Steinheimer Straße 1b  
63450 Hanau

*Öffnungszeiten:* Die Öffnungszeiten sind je nach Abteilung und Behörde unterschiedlich geregelt.

Telefon (06181) 295-0

Homepage [www.gewalt-sehen-helfen.de](http://www.gewalt-sehen-helfen.de) und [www.netzwerk-gegen-gewalt.de](http://www.netzwerk-gegen-gewalt.de)

---

## **WEISSER RING e.V. – Außenstelle Main-Kinzig-Kreis**

*Lokaler Ansprechpartner in Sachen Kriminalität & Opferhilfe*

Homepage <https://weisser-ring.de>

---

## **Missbrauch**

### **Missbrauchsthemen e.V.**

*Anlaufstelle für Frauen und Männer, die als Kind sexuell missbraucht oder traumatisiert wurden. Es gibt verschiedene Selbsthilfegruppen, deren Treffen in Frankfurt, Offenbach oder Darmstadt stattfinden. Die Gruppen sind nachfolgend aufgeführt, Informationen zu Treffen erhalten Sie per Mail.*

Homepage [www.missbrauchsthemen.de](http://www.missbrauchsthemen.de)

### **Darmstadt**

**Selbsthilfegruppe Missbrauchsthemen**  
Gemischte Gruppe,

### **Frankfurt**

**Selbsthilfegruppe Überlebender von Missbrauch und Vergewaltigung**  
Gemischte Gruppe

**Selbsthilfegruppe Kindheitstraumata**  
Gemischte Gruppe

**Blockaden lösen mit Focusing**  
Gemischte Gruppe

**Psychodrama**  
Gemischte Gruppe

### **Offenbach**

**Frauengruppe Offenbach**  
Reine Frauengruppe

**Selbsthilfegruppe „Als Junge missbraucht“**

Reine Männergruppe

Homepage [www.missbrauchsthemen.de](http://www.missbrauchsthemen.de)

---

## **Obdachlosigkeit**

### **Ökumenische Wohnungslosenhilfe Caritas-Verband**

*Angebote Caritas-Verbandes für die Region Hanau und Main-Kinzig-Kreis Angebote dienen in erster Linie der Linderung sozialer Nöte von armen, schwachen, schutz- und pflegebedürftigen Menschen.*

*In Diensten und Einrichtungen stehen Ihnen kompetente Fachkräfte an unterschiedlichen Standorten in der Region zur Verfügung. Wir bieten Beratung und konkrete Hilfe für ältere Mitbürger, Kinder und ihre Familien, Migranten, Pflegebedürftige, Sterbende, Suchtkranke oder Wohnungslose.*

Caritas-Verband für den Main-Kinzig-Kreis e.V.  
Franziskus-Haus  
Matthias-Daßbach-Straße 2  
63450 Hanau

Homepage [www.franziskus-haus-hanau.de](http://www.franziskus-haus-hanau.de)

### **Aufsuchende Straßensozialarbeit**

*Das Angebot richtet sich an wohnungslose Menschen, die nicht mehr in der Lage sind, andere Hilfsangebote wahrzunehmen.*

#### **Tagesstätte**

Öffnungszeiten: montags bis freitags, 08:00-18:00 Uhr;  
Wochenende und Feiertage, 10:00-18:00 Uhr

#### **Herberge**

Aufnahme: montags bis freitags, 09:00-10:00 Uhr und 16:30-17:30 Uhr  
Wochenende und Feiertage, 16:30-17:30 Uhr

### **Ambulante Fachberatung zu Geld, Wohnung, Sozialleistungsträgern und Gesundheitsbelange**

Beratungszeiten: montags, mittwochs, freitags, 10:00-12:30 Uhr;  
Montags und dienstags, 13:30-16:00 Uhr

**Übergangswohnheim – dauerhafte, feste Unterkunft für erwachsene, wohnungslose Personen mit Hilfen bei der Wohnungssuche, Gesundheitspflege und Arbeitssuche.**

## **Betreutes Wohnen nach Umzug in eine eigene Wohnung**

- nach § 67 SGB XII für Menschen mit besonderen sozialen Schwierigkeiten (bis zu zwei Jahre)

- nach § 53 SGB XII für Menschen mit Suchterkrankungen

---

## **Strassen Engel**

*Hilfe für Obdachlosigkeit und Altersarmut*

*Angebote: Essens-Tafel, Kleiderkammer, Notschlafplätze, Wiedereingliederung von Obdachlosen, Würdevolles Begräbnis, Ambulanz.*

*Öffnungszeiten Täglich von 10:00-14:00 Uhr – Sonntags Geschlossen  
(in den kalten Wintermonaten andere Öffnungszeiten)*

*Homepage: [www.strassenengel.org](http://www.strassenengel.org)*

*Haus der Strassen Engel  
Friedbergerstraße 2  
63452 Hanau Nordbahnhof*

*Telefon: 06181/3062123  
Mail:[info@strassenengel.org](mailto:info@strassenengel.org)*

---

## **Sterbebegleitung**

**Arbeitsgemeinschaft Hospizdienst Hanau / Main-Kinzig-Kreis**  
Caritas Verband für den Main-Kinzig Kreis e.V.

*Begleiten, wenn das Leben zu Ende geht.*

*Angebot ist offen für alle Menschen, die auf Grund einer unheilbaren Erkrankung Rat und Unterstützung für sich oder andere suchen. Wir sind für Sie da - kostenlos und unabhängig von Konfession, Nationalität oder sozialem Hintergrund.*

Arbeitsgemeinschaft Hospizdienst  
Im Bangert 4  
63450 Hanau

Homepage [www.hospizdienst-hanau.de](http://www.hospizdienst-hanau.de)

Telefon: 06181 92335-31  
06181 92335-19

---

### **Förderverein Palliative Patienten-Hilfe Hanau e.V.**

*eine aktive Lebenshilfe für den Kranken und seine Angehörigen. Dazu gehört eine gute Grundpflege, eine optimale fachkundige Schmerzbekämpfung, die Behandlung unangenehmer Krankheitssymptome und Krankheitsfolgen und nicht zuletzt mitfühlende Zuwendung.*

Am Frankfurter Tor 25  
63450 Hanau

Homepage [www.pph-hanau.de](http://www.pph-hanau.de)

---

### **Ambulanter Kinder- und Jugendhospizdienst Hanau**

*Der Ambulante Kinder- und Jugendhospizdienst Hanau begleitet und unterstützt lebensverkürzend erkrankte Kinder und Jugendliche und ihre Familien. Aufgaben des Ambulanten Kinderhospizdienstes sind die Lebensbegleitung der gesamten Familie zu Hause, Sterbe- und Trauerbegleitung sowie Beratungsgespräche und Unterstützung der Hilfe zur Selbsthilfe. Ausgebildete ehrenamtliche Begleiter\*innen unterstützen und begleiten die gesamte Familie ab der Diagnose, im Sterben und über den Tod hinaus.*

Homepage [www.akhd-hanau.de](http://www.akhd-hanau.de)

---

### **LaLeLu e.V. – Bruchköbel**

**Unterstützung von Familien mit unheilbar erkrankten Kindern im Main-Kinzig-Kreis**

*Unterstützung, Beratung und Begleitung für Familien mit unheilbar kranken und verstorbenen Kindern*

*LaLeLu e.V. versteht sich als der Leuchtturm der fest, ruhig und voller Kraft an einem Platz am Ufer steht. Das aussendende Licht sind die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen von LaLeLu, die beraten, begleiten und unterstützen. Die Schiffe und Boote*

*sind die Familien im Sturm. Das Licht des Leuchtturms kann den Booten und Schiffen Orientierung, Zuversicht und Hoffnung senden. Mit seiner unermüdlichen Leuchtkraft können Menschen in Seenot das Festland nicht aus den Augen verlieren. Das vermittelt Stabilität und das Gefühl nicht allein zu sein.*

LaLeLu e.V.  
Kirchstraße 19a  
63486 Bruchköbel (Rossdorf)

Homepage [www.lalelu-homepage.de](http://www.lalelu-homepage.de)

Sprechzeiten: Di-Mi-Do von 10:00-14:00Uhr und nach vorherige Vereinbarung

---

## **Trauer**

### **Trauer – Einzelberatungen**

*Ein Trauerweg ist ein Heilungsprozess ... der lange dauert und vielleicht niemals ganz zu Ende geht. Die eigene Trauer und den Schmerz in ihrer Verzweiflung anzunehmen, fällt vielen schwer. Aus Erfahrung wissen wir aber, dass Reden hilft. Familienmitglieder, Verwandte, Freunde und Bekannte fühlen sich mit dieser Trauersituation oft überfordert und sind unsicher. Gespräche mit anderen Betroffenen und deren eigene Erlebnisse können oft sehr hilfreich sein.*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Termine: *Erstgespräch auf Nachfrage, Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig*

Homepage: [www.trauernede-eltern-mkk.de](http://www.trauernede-eltern-mkk.de)

---

### **Selbsthilfegruppe Trauernde Männer**

*Männer erleben und empfinden in ihrer Trauer oft anders als ihre Partnerin. Hierüber können wir uns im geschützten Raum über eigene Empfindungen, Erlebnisse und Erfahrungen offen austauschen.*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig

Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

*Termine: Erstgespräch auf Nachfrage im Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig*

*Homepage: [www.trauernede-eltern-mkk.de](http://www.trauernede-eltern-mkk.de)*

---

## **Trauerbegleitung**

Katholische Familienbildungsstätte  
Im Bangert 4  
63450 Hanau

Homepage [www.fbs-hanau.de](http://www.fbs-hanau.de)

*Regelmäßige Angebote:*

- Trauergruppe*
  - Wenn Kinder vor den Eltern sterben – Gesprächskreis –*
  - mit Kindern über den Tod und das sterben sprechen*
  - Wenn daseigene Tier stirbt – Trauerbegleitung für Tierbesitzer -*
- 

## **Treffen „Ein Date mit dem Tod“**

*Gesprächskreis in Hanau, für Menschen die über Sterben,  
Tod und Trauer reden möchten, die Fragen, Befürchtungen, Anregungen,  
hat und sich über das Thema austauschen möchten.*

*Kooperation Ambulanter Kinder- und Jugendhospizdienst Hanau & Verein Südlicher e.V.*

Homepage [www.suedlichter-ev.com](http://www.suedlichter-ev.com)

Der Verein Südlichter e.V.  
Stadtteil-Café  
Gärtnerstr. 9a  
Hanau

Termine: jeden ersten Montag im Monat um 18:30 Uhr  
Nächste Termine: 8.5/ 5.6/ 3.7/ dann Sommerpause  
Anmeldung nicht erforderlich.



---

## **Sternenkinder Gelnhausen**

*Selbsthilfegruppe für Familien beim FrühTod ihres Kindes*

Online oder in SEKOS Gelnhausen  
Bahnhofstraße 12  
63571 Gelnhausen

Termine: jeden ersten Dienstag im Monat, 19:30-21:30 Uhr

---

## **Trauer – Einzelberatungen - Nidderau**

*Trauer Einzelberatungen mit einer ehrenamtlich ausgebildeten Trauerbegleiterin.  
Ab 15.März 2023 jede 3.Mittwoch Trauer Kaffee in Nidderau.*

---

## **Trennung / Scheidung**

### **Trennung / Scheidung / Verlassene Eltern**

*Die Teilnehmer der Selbsthilfegruppe wollen gemeinsam ihre Sorgen und Probleme nach einer Scheidung Trennung vom Partner oder als verlassenes Elternteil bewältigen. Dazu gehören Gespräche und Erfahrungsaustausch, aber auch gegenseitige Hilfe bei Alltagsschwierigkeiten und der Entwicklung neuer Lebensperspektiven.*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Termine: 14 täglich, dienstags in ungeraden Kalenderwochen, 20:00 – 22:00 Uhr

---

## **Selbsthilfegruppe AKTIVES WARTEN**

*In der Selbsthilfegruppe finden sich, aufgrund von Trennung / Scheidung entfremdete, ausgegrenzte Elternteile zusammen, die sich gegenseitig unterstützen, ihr Kind nicht aufzugeben, sondern vielmehr liebevoll versuchen in Kontakt zu bleiben. Spenden einander Trost, machen Mut und helfen einander mit Rat und Tat, ganz nach dem Motto: "Geteiltes Leid ist halbes Leid und geteiltes Glück ist doppeltes Glück."*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig e.V.  
Kurt-Blaum-Platz 2  
3.Stock  
63450 Hanau

Homepage: [www.aktives-warten.de](http://www.aktives-warten.de)

Telefon: 06181/ 25 55 00

Termine: Regelmäßige Präsenz und Online Treffen  
1x monatlich Online Treffen, 4x jährlich Präsenz Treffen  
(Termine für das Jahr 2023 : 12.3/11.6/10.9/10.12)

---

## **EFL - Ehe-, Familie- und Lebensberatung**

Beratungsstelle Hanau/ Diözese Fulda  
Langstraße 13  
63450 Hanau

### **Trennung / Scheidung**

*wenn Trennung in Partnerschaft oder Ehe unausweichlich scheint oder die Folgen einer Trennung oder Scheidung belasten, unterstützen wir bei der Suche nach verantwortungsvollen Entscheidungen und Lösungswegen.*

Homepage: [www.ehe-familien-lebensberatung-bistum-fulda.de](http://www.ehe-familien-lebensberatung-bistum-fulda.de)

Termine: nach Vereinbarung

---

## **Trennung/ Scheidung**

Selbsthilfegruppe – Gelnhausen

Sekos Gelnhausen  
Raum 2  
Bahnhofstraße 12  
63571 Gelnhausen

Termine: am 2. Und 4. Montag des Monats, 20:00 Uhr

---

## **Personengruppen**

### **Alleinerziehende**

#### **Alleinerziehendentreff**

*Die Treffen haben verschiedene Schwerpunkte. Es werden gemeinsame Ausflüge gemacht, Vorträge organisiert oder einfach nur gemütlich zusammen gesessen und Erfahrungen ausgetauscht.*

*Die Aufsichtspflicht für die Kinder liegt bei den Erziehungsberechtigten. Eine telefonische Anmeldung ist erwünscht.*

Mehrgenerationenhaus Fallbach  
Reichenberger Straße 59  
63452 Hanau

Termine: jeden 1. Sonntag im Monat, 15:00-17:00 Uhr

Homepage [www.hanau.de/vielfalt-leben/familie-und-kinder/mehrgenerationenhaus-fallbach/index.html](http://www.hanau.de/vielfalt-leben/familie-und-kinder/mehrgenerationenhaus-fallbach/index.html)

---

### **Eltern / verlassene Eltern**

#### **Selbsthilfegruppe AKTIVES WARTEN**

*In der Selbsthilfegruppe finden sich, aufgrund von Trennung / Scheidung entfremdete, ausgegrenzte Elternteile zusammen, die sich gegenseitig unterstützen, ihr Kind nicht*

*aufzugeben, sondern vielmehr liebevoll versuchen in Kontakt zu bleiben. Spenden einander Trost, machen Mut und helfen einander mit Rat und Tat, ganz nach dem Motto: "Geteiltes Leid ist halbes Leid und geteiltes Glück ist doppeltes Glück."*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig e.V.  
Kurt-Blaum-Platz 2  
3.Stock  
63450 Hanau

Homepage: [www.aktives-warten.de](http://www.aktives-warten.de)

Telefon: 06181/ 25 55 00

Termine: Regelmäßige Präsenz und Online Treffen  
1x monatlich Online Treffen, 4x jährlich Präsenz Treffen  
(Termine für das Jahr 2024 : 10.3/9.6/8.9/8.12)

---

### **Trennung / Scheidung / Verlassene Eltern**

*Die Teilnehmer der Selbsthilfegruppe wollen gemeinsam ihre Sorgen und Probleme nach einer Scheidung Trennung vom Partner oder als verlassenes Elternteil bewältigen. Dazu gehören Gespräche und Erfahrungsaustausch, aber auch gegenseitige Hilfe bei Alltagsschwierigkeiten und der Entwicklung neuer Lebensperspektiven.*

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig  
Kurt-Blaum-Platz 2  
63450 Hanau

Termine: 14 täglich, dienstags in ungeraden Kalenderwochen, 20:00 – 22:00 Uhr

---

### **Selbsthilfegruppe PAS Rhein-Main (Parental Alienation Syndrom)**

*PAS steht für Parental Alienation Syndrom (Eltern-Kind-Entfremdungssyndrom). In der Psychologie wird damit die andauernde, irrationale Ablehnung eines Elternteils durch ein Kind beschrieben, das nicht mehr mit diesem Elternteil zusammenlebt. Die Ablehnung ist durch den Einfluss des entfremdenden Elternteils bestimmt.*

*Die PAS Rhein-Main ist eine unabhängige und eigenständige Selbsthilfegruppe von Müttern, Vätern und Großeltern aus dem Rhein-Main-Gebiet, denen der Umgang zu ihren Kindern seit der Trennung oder Scheidung vom anderen Elternteil erschwert oder durch dieses ganz verhindert wird. Die Teilnehmenden in der Gruppe helfen sich gegenseitig mit Austausch und Informationen zu PAS, Umgangsrecht, Sorgerecht und vielem mehr.*

Homepage [www.pas-rhein-main.de](http://www.pas-rhein-main.de)

Treffen: erste Montag im Monat um 18:30Uhr

### **Selbsthilfe e.V.**

Selbsthilfe-Kontaktstelle Frankfurt  
Sonnemannstraße 3,  
60314 Frankfurt am Main

Beratung zu Selbsthilfegruppen 069/ 55 94 44  
Mo und Dienstag 10:00-14:00 Uhr, Donnerstag 15:00-19:00 Uhr

Homepage [www.selbsthilfe-frankfurt.net](http://www.selbsthilfe-frankfurt.net)

---

### **Kinderschutzbund – Ortsverband Hanau e. V.**

Frankfurter Landstraße 52  
63452 Hanau  
Homepage [www.kinderschutzbund-hanau.de](http://www.kinderschutzbund-hanau.de)

### **Elternkurse**

#### **Starke Eltern – Starke Kinder ® und Pubertäts-Elternkurse**

*Die Kurse umfassen 10 Termine. Der jeweilige Starttermin ist auf der Homepage des Kinderschutzbundes Hanau zu erfahren. Auch Online via Zoom möglich.*

Mehrgenerationenhaus Fallbach  
Reichenberger Straße 59  
63452 Hanau

Telefon (06181) 668 67 85  
Mail [zornitza.winterhalter@hanau.de](mailto:zornitza.winterhalter@hanau.de)

Kinderschutzbund Hanau  
Frankfurter Landstraße 52  
63452 Hanau

Telefon (06181) 295 17 40  
Mail [info@kinderschutzbund-hanau.de](mailto:info@kinderschutzbund-hanau.de)

### **Starke Eltern – Starke Kinder ® - Kurs nur für Väter**

*Die Kurse umfassen 10 Termine, der jeweilige Starttermin ist auf der Homepage des Kinderschutzbundes Hanau zu erfahren.*

Homepage [www.kinderschutzbund-hanau.de](http://www.kinderschutzbund-hanau.de)

Kinderschutzbund Hanau  
Frankfurter Landstraße 52  
63452 Hanau

Telefon (06181) 295 17 40  
Mail [info@kinderschutzbund-hanau.de](mailto:info@kinderschutzbund-hanau.de)

---

### **Pro Familia – Beratungsstelle Hanau**

*Einzel- und Paarberatung, Sexualberatung von Jugendlichen und Erwachsenen, Kinderwunschberatung, Schwangerschaftsberatung, Schwangerschaftskonfliktberatung, Sexualpädagogik*

Vor dem Kanaltor 3  
63450 Hanau

*Sprechzeiten: montags und dienstags, 15:00-18:00 Uhr,  
mittwochs und freitags, 09:00-12:00 Uhr  
Vereinbarte Termine finden auch außerhalb der Sprechzeiten statt.*

Telefon (06181) 218 54  
Mail [hanau@profamilia.de](mailto:hanau@profamilia.de)  
Homepage [www.profamilia.de](http://www.profamilia.de)

---

### **Eltern medizingeschädigter Kinder**

**LaLeLu e.V. – Unterstützung von Familien mit unheilbar erkrankten Kindern im Main-Kinzig-Kreis**

*Unterstützung, Beratung und Begleitung für Familien mit unheilbar kranken und verstorbenen Kindern*

*LaLeLu e.V. versteht sich als der Leuchtturm der fest, ruhig und voller Kraft an einem Platz am Ufer steht. Das aussendende Licht sind die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen von LaLeLu, die beraten, begleiten und unterstützen. Die Schiffe und Boote sind die Familien im Sturm. Das Licht des Leuchtturms kann den Booten und Schiffen Orientierung, Zuversicht und Hoffnung senden. Mit seiner unermüdlichen Leuchtkraft können Menschen in Seenot das Festland nicht aus den Augen verlieren. Das vermittelt Stabilität und das Gefühl nicht allein zu sein.*

LaLeLu e.V.  
Kirchstraße 19a  
63486 Bruchköbel (Rossdorf)

Homepage [www.lalelu-homepage.de](http://www.lalelu-homepage.de)

---

## **Familien**

### **Familienberatungsstelle Hanau des Albert-Schweitzer- Kinderdorfs**

*Die ask Familienberatungsstelle ist eine pädagogische und psychologische Beratungsstelle. Wir beraten im Auftrag des Main-Kinzig Kreises Jugendliche, junge Erwachsene, Eltern und Familien bei Fragen zur Erziehung, in Trennungssituationen, bei persönlichen und familiären Problemen.*

*Wir sind für Sie zuständig, wenn Sie aus dem Altkreis Hanau kommen (Bruchköbel, Erlensee, Großkrotzenburg, Hammersbach, Langenselbold, Maintal, Neuberg, Niederau, Niederdorfelden, Rodenbach, Ronneburg, Schöneck).*

*Ein Team aus unterschiedlichen Fachbereichen wie Psychologie, Pädagogik und Sozialpädagogik sowie Frühe Hilfen. Alle Berater verfügen über Zusatzausbildungen in systemischer Familientherapie und haben langjährige Beratungserfahrungen. Weiterhin bestehen Zusatzqualifikationen in Gesprächstherapie, in Paartherapie, in entwicklungspsychologischer Beratung, in Multifamilientherapie und in systemischer Supervision.*

Albert-Schweitzer-Kinderdorf Hessen e.V.  
ask Familienberatungsstelle  
Am Pedro-Jung-Park 11  
63450 Hanau

**Sprechzeiten:** montags bis donnerstags, 09:00-17:00 Uhr,  
freitags 09:00-13:00 Uhr

Telefon (06181) 270 666 20  
Mail [info@ask-familienberatung.de](mailto:info@ask-familienberatung.de)  
Homepage [www.ask-hessen.de](http://www.ask-hessen.de)

---

### **Familien- und Jugendberatung der Stadt Hanau (FJB) – Familienbildung und frühe Hilfen**

*Eine Anlaufstelle für Hanauer Bürgerinnen und Bürgern da bei Fragen zu Entwicklungs-, Beziehungs-, Verhaltens- und Leistungsproblemen von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen.*

*Unterstützen Eltern und andere an der Erziehung beteiligte Personen bei allen Erziehungsanliegen.*

*Darüber hinaus ist FJB auch vorbeugend tätig, um unsere Kenntnisse und Erfahrungen Eltern oder anderen an der Erziehung Beteiligten zur Verfügung zu stellen.*

Familien- und Jugendberatung  
Sandeldamm 21  
63450 Hanau

**Sprechzeiten:** montags bis freitags, 09:00-13:00 Uhr und  
montags bis Donnerstag, 14:00-17:00 Uhr,  
*Termine nach telefonischer Vereinbarung.*

Telefon (06181) 187 530

Mail [fjb@hanau.de](mailto:fjb@hanau.de)  
Homepage [www.hanau.de](http://www.hanau.de)

---

### **Pro Familia – Beratungsstelle Hanau**

*Einzel- und Paarberatung, Sexualberatung von Jugendlichen und Erwachsenen, Kinderwunschberatung, Schwangerschaftsberatung, Schwangerschaftskonfliktberatung, Sexualpädagogik*

Vor dem Kanaltor 3  
63450 Hanau

**Sprechzeiten:** montags und dienstags, 15:00-18:00 Uhr,  
mittwochs und freitags, 09:00-12:00 Uhr  
*Vereinbarte Termine finden auch außerhalb der Sprechzeiten statt.*



Telefon (06181) 218 54

Mail [hanau@profamilia.de](mailto:hanau@profamilia.de)

Homepage [www.profamilia.de](http://www.profamilia.de)

---

## **Sprungbrett – Familien- und Jugendhilfe Hanau e.V.**

*Bietet professionelle Hilfen für Kinder, Jugendliche, junge Heranwachsende und Familien in Hanau und den angrenzenden Kreisen an. Grundsätzlich ist die pädagogische Arbeitsweise systemisch ausgerichtet.*

*Ambulante Hilfen zur Erziehung: Erziehungsbeistand, Sozialpädagogische Familienhilfe, Intensive sozialpädagogische Einzelbetreuung, Eingliederungshilfe für seelisch behinderte Kinder und Jugendliche, Geschützter und Begleiteter Umgang, Soziale Gruppenarbeit an Schulen*

*Prävention und Bildung: Stadtteilmütter / Elternlotsen, Diesterweg-Stipendium, Bildung auf Gutschein*

*Jugendhilfe im Strafverfahren: Täter-Opfer Ausgleich / Konfliktschlichtungsangebote  
Betreuungsweisung, Sozialer Trainingskurs / STK, Soziales Kompetenztraining / SKT, Arbeitsstundenprojekte – ASP*

## **Geschäftsstelle**

Richard-Küch-Straße 4  
63452 Hanau

Telefon (06181) 180 52 10

Fax (06181) 706 37 30

Mail [Info@Verein-Sprungbrett.org](mailto:Info@Verein-Sprungbrett.org)

Homepage [www.verein-sprungbrett.org](http://www.verein-sprungbrett.org)

## **Pädagogische Bereiche**

### **Ambulante Hilfen zur Erziehung / Förderung der Erziehung in der Familie**

Frau Kipp

Telefon (06181) 180 52 40

Fax (06181) 706 37 31

Pädagogische Mitarbeiterinnen  
Telefon 06181/ 180 52 30  
Mail [Fallanfrage@Verein-Sprungbrett.org](mailto:Fallanfrage@Verein-Sprungbrett.org)

### **Stadtteilmütter/Elternlotsen**

Projektleiterin  
Frau Lebzien  
Telefon 0157/806 32 021

Mail [stadtteilmuetter@Verein-Sprungbrett.org](mailto:stadtteilmuetter@Verein-Sprungbrett.org)

*Die Stadtteilmütter sind montags bis freitags von 09:00-17:00 Uhr für Familien in Hanau zu erreichen. Bei Hinterlassen einer Nachricht bzw. Telefonnummer rufen die Stadtteilmütter zurück*

Stadtteilmütter Lamboy-Tümpelgarten

Stadtteilmütter Weststadt

Stadtteilmütter Innenstadt / angrenzend Südost

### **Soziale Arbeit an Schulen, Stadtteilmütter und Jugendhilfe im Strafverfahren**

*Täter-Opfer-Ausgleich, Konfliktschlichtungsangebote, Betreuungsweisung, Sozialer Trainingskurs (STK), Arbeitsstundenprojekte*

Frau Gresselmeyer  
Telefon (06181) 180 52 20  
Mail [TOA@Verein-Sprungbrett.org](mailto:TOA@Verein-Sprungbrett.org)

---

## **Hochsensible Menschen**

### **Selbsthilfegruppe für Hochsensible Menschen - Gelnhausen**

*Erfahrungsaustausch, Gelegenheit zur Arbeit am eigenen Kommunikationsverhalten.*

*Hochsensibilität ist keine Krankheit oder Störung, sie kann allerdings Stress für Kopf und Körper mit sich bringen. Heutzutage werden wir von allen Seiten mit Reizen überflutet. Für uns, die wir diese Reize intensiver wahrnehmen als die meisten unserer Mitmenschen, kann es immer wieder zu schwierigen Situationen kommen. Unser Mittel dagegen ist zu lernen, worum es geht und wie wir am besten damit umgehen. Darum treffen wir uns: Wir sprechen über unsere Wahrnehmungen und den Umgang*

*damit. Wir geben uns Tipps und Halt. Und wir lernen die positiven Seiten der Hochsensibilität zu schätzen und zu nutzen.*

Termine: Jeden dritten Montag im Monat um 19:00 Uhr

Homepage: [www.sekosgelnhhausen.de](http://www.sekosgelnhhausen.de)

Sekos Gelnhausen  
Raum 1  
Bahnhofstraße 12  
63571 Gelnhausen

---

## **Kinder / Jugendliche**

### **Familienberatungsstelle Hanau des Albert-Schweitzer- Kinderdorfs**

*Die ask Familienberatungsstelle ist eine pädagogische und psychologische Beratungsstelle. Wir beraten im Auftrag des Main-Kinzig Kreises Jugendliche, junge Erwachsene, Eltern und Familien bei Fragen zur Erziehung, in Trennungssituationen, bei persönlichen und familiären Problemen.*

*Wir sind für Sie zuständig, wenn Sie aus dem Altkreis Hanau kommen (Bruchköbel, Erlensee, Großkrotzenburg, Hammersbach, Langenselbold, Maintal, Neuberg, Nidderau, Niederdorfelden, Rodenbach, Ronneburg, Schöneck).*

*Ein Team aus unterschiedlichen Fachbereichen wie Psychologie, Pädagogik und Sozialpädagogik sowie Frühe Hilfen. Alle Berater verfügen über Zusatzausbildungen in systemischer Familientherapie und haben langjährige Beratungserfahrungen. Weiterhin bestehen Zusatzqualifikationen in Gesprächstherapie, in Paartherapie, in entwicklungspsychologischer Beratung, in Multifamilientherapie und in systemischer Supervision.*

Albert-Schweitzer-Kinderdorf Hessen e.V.  
ask Familienberatungsstelle  
Am Pedro-Jung-Park 11  
63450 Hanau

**Sprechzeiten:**      *montags bis donnerstags, 09:00-17:00 Uhr,  
freitags 09:00-13:00 Uhr*

Telefon (06181) 270 666 20  
Mail [info@ask-familienberatung.de](mailto:info@ask-familienberatung.de)  
Homepage [www.ask-hessen.de](http://www.ask-hessen.de)

---

### **Kinderschutzbund – Ortsverband Hanau e. V.**

*Der Hanauer Ortsverband des Deutschen Kinderschutzbundes engagiert sich in der Öffentlichkeit und in verschiedenen Gremien für die Verwirklichung der Rechte aller Kinder und Jugendlichen und setzt sich für bessere Lebensbedingungen ein. Dabei ist er Ansprechpartner für Bürgerinnen und Bürger, Vereine und Verbände sowie für Fachleute und die lokalen Medien. Darüber hinaus unterstützen wir natürlich auch Eltern, die Rat und Hilfe bei uns suchen oder Fachleute, die Gesprächs- oder Informationsbedarf haben. Durch vielfältige praktische Angebote gestaltet eine lebenswerte Zukunft mit. Kinderschutzbund – Ortsverband Hanau ist konfessionell noch parteilich gebunden.*

Elternkurse:

Starke Eltern – Starke Kinder ® und Pubertäts-Elternkurse  
Starke Eltern – Starke Kinder ® - Kurs nur für Väter

Frankfurter Landstraße 52  
63452 Hanau  
Homepage [www.kinderschutzbund-hanau.de](http://www.kinderschutzbund-hanau.de)  
Telefon (06181) 295 17 40  
Mail [info@kinderschutzbund-hanau.de](mailto:info@kinderschutzbund-hanau.de)

---

### **Familien- und Jugendberatung der Stadt Hanau (FJB) – Familienbildung und frühe Hilfen**

*Eine Anlaufstelle für Hanauer Bürgerinnen und Bürgern da bei Fragen zu Entwicklungs-, Beziehungs-, Verhaltens- und Leistungsproblemen von Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen.*

*Unterstützen Eltern und andere an der Erziehung beteiligte Personen bei allen Erziehungsanliegen.*

*Darüber hinaus ist FJB auch vorbeugend tätig, um unsere Kenntnisse und Erfahrungen Eltern oder anderen an der Erziehung Beteiligten zur Verfügung zu stellen.*

Familien- und Jugendberatung

Sandeldamm 21  
63450 Hanau

*Sprechzeiten: montags bis freitags, 09:00-13:00 Uhr und  
montags bis Donnerstag, 14:00-17:00 Uhr,  
Termine nach telefonischer Vereinbarung.*

Telefon (06181) 187 530

Mail [ffb@hanau.de](mailto:ffb@hanau.de)  
Homepage [www.hanau.de](http://www.hanau.de)

---

### **Sprungbrett – Familien- und Jugendhilfe Hanau e.V.**

*Bietet professionelle Hilfen für Kinder, Jugendliche, junge Heranwachsende und Familien in Hanau und den angrenzenden Kreisen an. Grundsätzlich ist die pädagogische Arbeitsweise systemisch ausgerichtet.*

*Ambulante Hilfen zur Erziehung: Erziehungsbeistand, Sozialpädagogische Familienhilfe, Intensive sozialpädagogische Einzelbetreuung, Eingliederungshilfe für seelisch behinderte Kinder und Jugendliche, Geschützter und Begleiteter Umgang, Soziale Gruppenarbeit an Schulen*

*Prävention und Bildung: Stadtteilmütter / Elternlotsen, Diesterweg-Stipendium, Bildung auf Gutschein*

*Jugendhilfe im Strafverfahren: Täter-Opfer Ausgleich / Konfliktschlichtungsangebote  
Betreuungsweisung, Sozialer Trainingskurs / STK, Soziales Kompetenztraining / SKT, Arbeitsstundenprojekte – ASP*

### **Geschäftsstelle**

Richard-Küch-Straße 4  
63452 Hanau

Telefon (06181) 180 52 10  
Fax (06181) 706 37 30  
Mail [Info@Verein-Sprungbrett.org](mailto:Info@Verein-Sprungbrett.org)

Homepage [www.verein-sprungbrett.org](http://www.verein-sprungbrett.org)

### **Pädagogische Bereiche**

## **Ambulante Hilfen zur Erziehung / Förderung der Erziehung in der Familie**

Frau Kipp

Telefon (06181) 180 52 40

Fax (06181) 706 37 31

Pädagogische Mitarbeiterinnen

Telefon 06181/ 180 52 30

Mail [Fallanfrage@Verein-Sprungbrett.org](mailto:Fallanfrage@Verein-Sprungbrett.org)

## **Stadtteilmütter/Elternlotsen**

Projektleiterin

Frau Lebzien

Telefon 0157/806 32 021

Mail [stadtteilmuetter@Verein-Sprungbrett.org](mailto:stadtteilmuetter@Verein-Sprungbrett.org)

*Die Stadtteilmütter sind montags bis freitags von 09:00-17:00 Uhr für Familien in Hanau zu erreichen. Bei Hinterlassen einer Nachricht bzw. Telefonnummer rufen die Stadtteilmütter zurück*

Stadtteilmütter Lamboy-Tümpelgarten

Stadtteilmütter Weststadt

Stadtteilmütter Innenstadt / angrenzend Südost

## **Soziale Arbeit an Schulen, Stadtteilmütter und Jugendhilfe im Strafverfahren**

*Täter-Opfer-Ausgleich, Konfliktschlichtungsangebote, Betreuungsweisung, Sozialer Trainingskurs (STK), Arbeitsstundenprojekte*

Frau Gresselmeyer

Telefon (06181) 180 52 20

Mail [TOA@Verein-Sprungbrett.org](mailto:TOA@Verein-Sprungbrett.org)

---

## **Lawine e.V. – Beratungsstelle und Präventionsstelle gegen sexuelle Gewalt**

*Am Infotelefon und persönlich erfolgt eine Beratung für Mädchen und Jungen bis 12 Jahre, Frauen und Mädchen im Teenageralter, Eltern und Vertrauenspersonen. Juristische Begleitung ist ebenfalls möglich.*

*Bei Bedarf findet eine psychotherapeutische Frauengruppe für Frauen, die sexuelle Gewalt erlebt haben, statt.*

*Für 10- bis 15-jährige Mädchen finden Selbstbehauptungskurse statt.*

Lawine e.V.  
Chemnitzer Straße 20  
63452 Hanau

Telefon (06181) 256 602

*Sprechzeiten: montags, 14:00-16:00 Uhr,  
dienstags und donnerstags 10:00-12:00 Uhr  
Anrufbeantworter, Beratungstermine auch nach Vereinbarung*

Mail [info@lawine-ev.de](mailto:info@lawine-ev.de)  
Homepage [www.lawine-ev.de](http://www.lawine-ev.de)

---

## **Pro Familia – Beratungsstelle Hanau**

*Einzel- und Paarberatung, Sexualberatung von Jugendlichen und Erwachsenen, Kinderwunschberatung, Schwangerschaftsberatung, Schwangerschaftskonfliktberatung, Sexualpädagogik*

Vor dem Kanaltor 3  
63450 Hanau

*Sprechzeiten: montags und dienstags, 15:00-18:00 Uhr,  
mittwochs und freitags, 09:00-12:00 Uhr  
Vereinbarte Termine finden auch außerhalb der Sprechzeiten statt.*

Telefon (06181) 218 54

Mail [hanau@profamilia.de](mailto:hanau@profamilia.de)  
Homepage [www.profamilia.de](http://www.profamilia.de)

---

## **Paare**

### **Katholische Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle Hanau**

Beratungsstelle Hanau/ Diözese Fulda

Langstr. 13 / Ecke Hirschstr.

63450 Hanau

Paarberatung, Einzelberatung, Kurse und Seminare für Paare

Homepage: [www.ehe-familien-lebensberatung-bistum-fulda.de](http://www.ehe-familien-lebensberatung-bistum-fulda.de)

**Paarseminar zur Verbesserung Paarkommunikation und der Beziehungsqualität.**

---

## **Pro Familia – Beratungsstelle Hanau**

*Einzel- und Paarberatung, Sexualberatung von Jugendlichen und Erwachsenen, Kinderwunschberatung, Schwangerschaftsberatung, Schwangerschaftskonfliktberatung, Sexualpädagogik*

Vor dem Kanaltor 3  
63450 Hanau

*Sprechzeiten: montags und dienstags, 15:00-18:00 Uhr,  
mittwochs und freitags, 09:00-12:00 Uhr  
Vereinbarte Termine finden auch außerhalb der Sprechzeiten statt.*

Telefon (06181) 218 54

Mail [hanau@profamilia.de](mailto:hanau@profamilia.de)  
Homepage [www.profamilia.de](http://www.profamilia.de)

---

## **Schwangere / junge Mütter**

### **Sozialdienst katholischer Frauen Hanau (SkF)**

Sozialdienst katholischer Frauen Hanau (SkF)  
Friedrichstraße 12  
63450 Hanau

Homepage [www.skf-hanau.de](http://www.skf-hanau.de)

Telefon (06181) 364 500  
Mail [info@skf-hanau.de](mailto:info@skf-hanau.de)

### **Beratung**



*Der Sozialdienst katholischer Frauen Hanau bietet Schwangerenberatung und Schwangerenhilfe, unabhängig von der Religionszugehörigkeit. Beratung über Telefon, Video oder im direkten Kontakt.*

*Bürozeiten: montags und freitags, 09:00-12:00 Uhr;  
dienstags und donnerstags, 14:00-16:00 Uhr*

### **Lio Bärchen**

*Eltern und Kinder zusammen aktiv.*

*Babygruppe für Eltern mit Kindern zwischen 5 Monaten und 1 Jahr.*

*Gruppe für Eltern mit Kleinkindern im Alter von 1 bis 3 Jahren.*

*Termine: immer Mittwoch 10:00 – 12:00Uhr, im zweiwöchigen Wechsel.*

### **Café Lioba**

*In der Friedrichstraße 12 finden Sie auch das Café Lioba für Familien, Alleinerziehende, Mütter, Väter und Großeltern. Eine Kinderbetreuung wird angeboten.*

*Termine: dienstags, 15:00-17:00 Uhr*

### **Minis Basar**

*Im Minis Basar gibt es Spielsachen und Bekleidung für die Kleinen, Frauenbekleidung sowie zeitweise auch Kleinmöbel.*

*Termine: montags, 09:00-11:00 Uhr; dienstags 15:00-17:00 Uhr*

### **Familienpatenschaften auf Zeit**

*Entlastung von Familien und Alleinerziehenden sowie Schwangeren oder frisch geborenen Eltern. Die Familienpaten helfen beim Alltag mit einem Säugling oder Kleinkind bis 3 Jahre und bieten eine kleine Auszeit im turbulenten Familienleben, tauschen sich mit Ihnen aus, spielen mit dem Kind, wenn Sie sich mit dem Geschwisterkind beschäftigen, helfen beim Einkauf, begleiten zum Arzt oder zu Behörden oder gehen mit dem Geschwisterkind auf den Spielplatz.*

*Das Angebot ist kostenfrei und freiwillig.*

---

### **Pro Familia – Beratungsstelle Hanau**

*Einzel- und Paarberatung, Sexualberatung von Jugendlichen und Erwachsenen, Kinderwunschberatung, Schwangerschaftsberatung, Schwangerschaftskonfliktberatung, Sexualpädagogik*

Vor dem Kanaltor 3  
63450 Hanau

*Sprechzeiten: montags und dienstags, 15:00-18:00 Uhr,  
mittwochs und freitags, 09:00-12:00 Uhr  
Vereinbarte Termine finden auch außerhalb der Sprechzeiten statt.*

Telefon (06181) 218 54

Mail [hanau@profamilia.de](mailto:hanau@profamilia.de)  
Homepage [www.profamilia.de](http://www.profamilia.de)

---

## **Senioren**

### **Seniorenbüro der Stadt Hanau**

*Informations-, Begegnungs-, Beratungs- und Vermittlungsstelle*

Haus am Steinheimer Tor  
Steinheimer Straße 1  
63450 Hanau

*Sprechzeiten: Montag-Freitag 09:00-12:00 Uhr;  
Dienstag und Donnerstag 14:00-16:30 Uhr  
und nach Vereinbarung*

Telefon (06181) 668 20 31  
Mail [seniorenbuero@hanau.de](mailto:seniorenbuero@hanau.de)

Homepage [www.senioren-hanau.de](http://www.senioren-hanau.de)

---

## **Transidente**

### **Trans+**

#### **Selbsthilfegruppe für Transpersonen und Angehörige - Hanau**

Die Selbsthilfegruppe will eine Anlaufstelle bieten für alle transidenten Menschen und ihre Angehörigen, die das Gespräch mit anderen suchen. In der Gruppe sind deshalb trans\* -Frauen, trans\* -Männer, und nicht binäre trans\* -Personen willkommen, unabhängig von Alter, Herkunft, Orientierung oder Stand der Transition. Ziel ist es, sich gegenseitig auf den individuellen Wegen zu begleiten und zu unterstützen. Die Themen richten sich nach den jeweiligen Bedürfnissen der Anwesenden. Die Gruppe wird von einer trans\* Frau mit Ausbildung zur EX-IN Genesungsbegleitung und ihrem Lebensgefährten moderiert werden.

Begegnungszentrum Hanau-Main-Kinzig e.V.  
Kurt-Blaum-Platz 2  
3.Stock  
63450 Hanau  
Homepage: <https://bzhanau-main-kinzig.de>

Telefon: 06181/ 25 55 00

Termine: freitags, 14-täglich, gerade Kalenderwochen, um 19 Uhr

---

### **ANDERSraum**

**Wir unterstützen Trans\*-, Inter und nicht-binäre Menschen in ihrer Selbstverwirklichung.**

*Die Trans\*Beratung der AIDS-Hilfe Hanau – ANDERSraum – ist ein Ort für TIN<sup>1</sup>-Menschen, die Unterstützung in entspannter Atmosphäre suchen.*

*Unterstützend begleiten wir in der Beratung Selbstfindungsprozesse. Wir beantworten konkrete Fragen und vermitteln auch Kontakte, sofern gewünscht. Gerne unterstützen wir TIN<sup>1</sup>-Personen, den für sie stimmigsten Weg zu gehen, ohne ein Wunschergebnis im Sinn zu haben.*

**Homepage:** [www.transberatung-hanau.de](http://www.transberatung-hanau.de)

Beratungen mit Termin vor Ort:  
Donnerstags von 12 bis 15 Uhr

Telefonische Erreichbarkeit  
Donnerstags in den Sprechzeiten und während der offenen Sprechstunde unter  
0152 26672916  
eMail: kontakthof [at] transberatung minus hanau punkt de

Beratung ohne Termin:  
Offene Sprechstunde (monatlich) :  
In der Regel der 1. Montag im Monat (wird rechtzeitig bekannt gegeben)

... und nach Vereinbarung.

Offene Sprechstunden  
Alfred-Delp-Straße 10  
63450 Hanau

ANDERSraum Lounge  
Sandeldamm 19  
63450 Hanau

---

### **Trans-Ident e.V.**

*Trans-Ident e.V. ist eine Selbsthilfeorganisation, die sich zum Ziel gesetzt hat, Menschen mit transidentem Empfinden und deren Angehörige zu beraten und zu unterstützen.*

**Homepage:** [www.trans-ident.de](http://www.trans-ident.de)

#### **-Beratung Frankfurt, Aschaffenburg, Darmstadt**

Sprechzeiten nach Absprache über Email können zeitnah telefonische Termine ausgemacht werden.

#### **-Beratung Aschaffenburg**

Sprechzeiten: ganztägig

---

## **Selbsthilfekontaktstellen im Umland**

### **Selbsthilfekontaktstelle Gelnhausen**

Bahnhofstraße 12  
63571 Gelnhausen

**Öffnungszeiten:** *montags bis donnerstags, 09:00-12:30 Uhr;  
donnerstags, 14:30-17:00 Uhr  
Termine auch nach Vereinbarung*

Telefon (06051) 41 62 und (06051) 41 63  
Mail [info@sekos-gelnhausen.de](mailto:info@sekos-gelnhausen.de)

Homepage [www.sekos-gelnhausen.de](http://www.sekos-gelnhausen.de)

---

## **Selbsthilfebüro Offenbach – für Stadt und Landkreis Offenbach**

Paritätische Projekte gGmbH  
Frankfurter Straße 48  
63065 Offenbach

*Sprechzeiten:        Donnerstag und Freitag 08:30 – 13:00Uhr  
                                 Mittwoch nach Vereinbarung*

Telefon        (069) 824 162  
Fax             (069) 823 694 79

Mail            [selbsthilfe.offenbach@paritaet-projekte.org](mailto:selbsthilfe.offenbach@paritaet-projekte.org)  
Homepage    [www.paritaet-selbsthilfe.org](http://www.paritaet-selbsthilfe.org)

---

## **Selbsthilfe e.V. – Selbsthilfekontaktstelle Frankfurt**

Selbsthilfe-Kontaktstelle Frankfurt  
Sonnemannstraße 3,  
60314 Frankfurt am Main

Beratung zu Selbsthilfegruppen 069/ 55 94 44  
Mo und Dienstag 10:00-14:00 Uhr, Donnerstag 15:00-19:00 Uhr

Homepage    [www.selbsthilfe-frankfurt.net](http://www.selbsthilfe-frankfurt.net)  
Mail            [service@selbsthilfe-frankfurt.net](mailto:service@selbsthilfe-frankfurt.net)

---

## **Bürgeraktive Bad Vilbel e.V.**

Haus der Begegnung  
Marktplatz 2, 1. OG  
61118 Bad Vilbel

*Öffnungszeiten:    dienstags bis donnerstags, 10:00-12:00 Uhr;  
                                 montags, mittwochs, donnerstags, 15:00-17:00 Uhr  
                                 sowie nach telefonischer Vereinbarung*

Telefon        (06101) 13 84  
Fax             (06051) 41 64  
Mail            [info@buergeraktive-bad-vilbel.de](mailto:info@buergeraktive-bad-vilbel.de)

Homepage    [www.buergeraktive-bad-vilbel.de](http://www.buergeraktive-bad-vilbel.de)

---

## **Selbsthilfebüro Darmstadt**

Rheinstraße 67  
64295 Darmstadt

Telefon (06151) 850 65 80  
Mail [selbsthilfe.darmstadt@paritaet-projekte.org](mailto:selbsthilfe.darmstadt@paritaet-projekte.org)

Homepage [www.paritaet-selbsthilfe.org](http://www.paritaet-selbsthilfe.org)

---

## **Selbsthilfekontaktstelle Wetteraukreis**

Kreisausschuss des Wetteraukreises  
Fachstelle Kinder-, Jugendgesundheit und Prävention  
Europaplatz, Gebäude B  
61169 Friedberg

*Öffnungszeiten: montags bis freitags, 08:00-12:00 Uhr*

Telefon (06031) 832 345  
Fax (06031) 939 123 45  
Mail [anette.obleser@wetteraukreis.de](mailto:anette.obleser@wetteraukreis.de)

Homepage [www.wetteraukreis.de](http://www.wetteraukreis.de)

---

## **Fulda - Selbsthilfebüro Osthessen**

Paritätische Projekte gGmbH

36037 Fulda  
Petersberger Straße 21

Telefon: (06 61) 9 01 98 46  
Telefax: (06 61) 9 01 98 45  
E-Mail: [selbsthilfe.osthessen@paritaet-projekte.org](mailto:selbsthilfe.osthessen@paritaet-projekte.org)  
oder [migration.osthessen@paritaet-projekte.org](mailto:migration.osthessen@paritaet-projekte.org)

Homepage: [www.paritaet-selbsthilfe.org](http://www.paritaet-selbsthilfe.org)

---

## **Groß-Gerau - Selbsthilfebüro Groß-Gerau im Landratsamt**

Paritätische Projekte gGmbH

Wilhelm-Seipp-Straße 4

64521 Groß-Gerau

Telefon: (06152) 989 470

Telefax: (06152) 989 99 470

E-Mail: [selbsthilfe.gross-gerau@paritaet](mailto:selbsthilfe.gross-gerau@paritaet)

---