

# Selbsthilfegruppen im Landkreis Merzig-Wadern



## Grußwort der Landrätin

Liebe Bürgerinnen und Bürger,

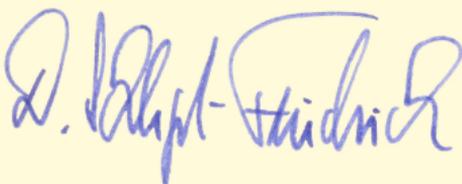
in schwierigen Lebenssituationen, bei Krankheit oder seelischen Problemen kann es für Betroffene und deren Angehörige hilfreich sein, sich mit Menschen, die sich in ähnlichen Situationen befinden, auszutauschen. Eine Plattform, die genau dies ermöglicht, bieten die Selbsthilfegruppen im Landkreis Merzig-Wadern. Dort finden Betroffene ein ungezwungenes und sicheres Umfeld, in dem sie ihre Erfahrungen teilen und voneinander lernen können.

Um Hilfesuchenden einen schnellen Zugang zu der geeigneten Gruppe zu ermöglichen, hat der Arbeitskreis Selbsthilfe (bestehend aus Vertretern der örtlichen Selbsthilfegruppen, der KISS- Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe im Saarland und der Ehrenamtsbörse des Landkreises) gemeinsam die Neuauflage des vorliegenden Flyers erarbeitet.

Ich danke allen Mitwirkenden, vor allem den in der Selbsthilfe ehrenamtlich tätigen Mitgliedern des Arbeitskreises, durch deren unermüdliches Engagement in den vergangenen Jahren ein aktives Netzwerk entstanden ist. Nicht nur erhielten die Selbsthilfeangebote mehr öffentliche Bekanntheit – der Arbeitskreis trug auch dazu bei, dass Betroffene ihre Interessen besser und deutlicher vertreten können.

Ich hoffe, dass der Arbeitskreis Selbsthilfe weiterhin diese hervorragende Arbeit leisten kann. Der Landkreis Merzig-Wadern wird auch in Zukunft den Fortbestand dieser wichtigen Tätigkeit unterstützen.

Ihre Landrätin



Daniela Schlegel-Friedrich

# Arbeitskreis Selbsthilfegruppen

## im Landkreis Merzig-Wadern

Der Arbeitskreis ist ein Zusammenschluss von Selbsthilfegruppen und -organisationen im Landkreis, der sich 2013 mit Unterstützung der KISS - Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe im Saarland und des Landkreises Merzig-Wadern gegründet hat.

### Ziele

- ✓ Bekanntmachen der Selbsthilfeangebote im Landkreis durch gemeinsame Öffentlichkeitsarbeit
- ✓ Themenbezogener Informations- und Erfahrungsaustausch
- ✓ Vernetzung untereinander und mit allen im Gesundheits- und Sozialbereich Tätigen
- ✓ Gemeinsame Interessensvertretung
- ✓ Koordination und Durchführung gemeinsamer Aktivitäten
- ✓ Beteiligung an öffentlichen Veranstaltungen
- ✓ Stärkung der Kontakte zur regionalen Presse und Medienlandschaft

### Treffen

Die Sitzungen finden drei- bis viermal jährlich statt. Termine, Aktivitäten, Beteiligung an Veranstaltung und Themen der Sitzungen werden gemeinsam zu Beginn des Jahres geplant. Je nach Bedarf werden weitere Termine festgelegt.

Der Arbeitskreis Selbsthilfegruppen im Landkreis Merzig-Wadern ist offen für neue Mitglieder aus allen Selbsthilfebereichen.

### Kontakt:

- Victoria Louia, Tel.: 0681 960 213 10, v.louia@selbsthilfe-saar.de
- Julia Boos, Ehrenamtsbörse des Landkreises Merzig-Wadern 06861 80 324, j.boos@merzig-wadern.de

## Adipositas/Übergewicht

### **Adipositas Selbsthilfegruppe Merzig**

Heike Engstler, 0157 36158900

heikeengstler@yahoo.de

3. Dienstag im Monat, 19.00 Uhr

CEB Akademie Merzig, Industriestr. 6-8, 66663

Merzig- Hilbringen

## Alkoholabhängigkeit/Sucht

### **Anonyme Alkoholiker Merzig**

Werner, 06832 8075928

kontakt@aa-sw.de

jeden Freitag, 19.30 Uhr

offenes Meeting: 1. Freitag im Monat

(auch für Interessierte und Angehörige)

Ev. Gemeindehaus, Am Gaswerk 7, 66663 Merzig

### **Kreuzbund e.V. - Gruppe Merzig**

Werner Gasper (Vors.), 06864 1623

vorsitzender@kreuzbund-merzig.de

jeden Dienstag, Mittwoch, Donnerstag, Freitag

Abend (Beratungsgespräch vorab, bitte anrufen)

Gruppenräume Kreuzbund Merzig, Bahnhofstr.

47 (im Hof), 66663 Merzig

## Arm-/Beinamputation

### **ampuSHG-LK Merzig- Wadern - Selbsthilfegruppe für Menschen mit Arm- oder Beinamputation im Landkreis Merzig- Wadern**

Ilona- Maria Kerber, 0681 4016574

kerber@ampulag.saarland

1. Samstag im Monat, 16.00 Uhr

Merziger Brauhaus, Saarwiesenring 6

66663 Merzig

## Behinderung

### **BSK - Landesverband Selbsthilfe**

### **Körperbehinderter Saarland (LSK - Saarland) e.V.**

Kontaktstelle Weiskirchen

Nicole Schmitt, 06874 182790

bsk-weiskirchen@gmx.de

Treffen: zu erfragen

### **Lebenshilfe Merzig-Wadern, Freizeitgruppen/FED und selbstbestimmtes Wohnen**

Daniel Reinert, Familienentlastender Dienst der  
Lebenshilfe, 06861 93967942

sbw@lebenshilfe-mzg.de

am Wochenende und auf Anfrage

Multifunktionsgebäude "Pumpenhaus"

Kreuzbergstr. 87, 66633 Merzig

## Dementielle Erkrankungen/ Angehörige

### **Gesprächskreis für Angehörige von Demenzerkrankten**

Schneider, 06872 504562

(Fachstelle Demenz Caritasverband)

n.schneider@ssthochwald.caritas-merzig.de

alle 8 Wochen donnerstags, 19.00 - 21.00 Uhr

Caritas-Sozialstation Hochwald, Gruppenraum

Merziger Str. 34, 66679 Losheim

### **DRK-Angehörigen-Gesprächskreis Losheim- Wahlen**

Alexander Andrzejczak, 0681 5004248

andrzejczaka@lv-saarland.drk.de

3. Mittwoch im Monat, 18.00 - 20.00 Uhr

DRK-Ortsverein Losheim-Wahlen, Römerstr. 13

66679 Losheim-Wahlen

## Depressionen

### **Selbsthilfegruppe "Gemeinsam Stark"**

Kontakt über KISS, 0681 9602130

einmal monatlich donnerstags, 18.00 - 20.00 Uhr  
(außer August)

Kath. Familienbildungsstätte Merzig, Haus der  
Familie, Hochwaldstr. 13, 66663 Merzig

### **Selbsthilfegruppe KOMPASS - Wegweiser zur Gesundheit**

info@wegweiser-kompass.de

Treffen 1x im Monat donnerstags 18.00 Uhr

Mehrgenerationenhaus "Jung hilft Alt", Am  
Seffersbach 5, 66663 Merzig

## Depressionen und andere Erkrankungen

### **„Zweite Atmung Merzig" - russischsprachige Gruppe für Frauen**

Tatjana Stauber, 06861 826401 von Mi.-Fr . von  
15.00 bis 18.00 Uhr erreichbar

staubertatjana@web.de

jeden Montag, 15.00 - 17.30 Uhr

Mehrgenerationenhaus „Jung hilft Alt"

Am Seffersbach 5, 66663 Merzig

## Diabetes

### **Deutscher Diabetiker-Bund**

### **Kreisverband Merzig-Wadern**

Doris Petzinger, 06867 5254

doris.petzinger@web.de

2. Mittwoch im Monat, 15.00 - 17.30 Uhr

Mehrgenerationen haus „Jung hilft Alt", Cafe

Am Seffersbach 5, 66663 Merzig

## Diabetes

### **Deutscher Diabetiker Bund - Landesverband Saarland e.V. - Diabetiker-Treff Hochwald-Kliniken Weiskirchen**

Gerda Reinert, 06876 171510

Gerhardareinert@aol.com

letzter Dienstag im Monat, 19.30 Uhr Hochwald-Kliniken, Seminarraum 2

66709 Weiskirchen

## Diabetes/Sport

### **DSS Diabetiker-Sportgruppe Saarland e.V. Abt. Weiskirchen**

Bärbel Trampert, Übungsleiterin, 06876 7114

Gerhardareinert@aol.com

jeden Dienstag, 18.00 - 19.30 Uhr

Hochwald-Kliniken, Turnhalle, 66709 Weiskirchen

## Fibromyalgie

### **Fibromyalgie-Selbsthilfegruppe Merzig Birgit**

Simon, 06861 3900 (10 - 17 Uhr)

birgit.simon61@t-online.de

1. Montag im Monat, März - Oktober ab 18.00

Uhr, November - Februar ab 17.30 Uhr

Mehrgenerationenhaus „Jung hilft Alt“

Am Seffersbach 5, 66663 Merzig

## Gewalt/ Kinderschutz

### **WEISSER RING e.V. -Außenstelle Merzig-Wadern**

Gerd Ludwig, 0151 55164709 (8 - 18 Uhr)

weisser-ring.aussenstelle-merzig-

wadern@gmx.de Gutenbergstr. 2a, 66663 Merzig

### **Deutscher Kinderschutzbund Ortsverband Merzig e.V.**

Manfred Klein, 06861 88945

m.klein@sankt-nikolaus-hospital.de

## Herzerkrankungen

### **Herzgruppen Saar e.V. (HGS)**

Ambulante Herzgruppe bei:

- **TV Beckingen**  
Helmut Steil, 06835 2446
- **HSV Merzig-Hibringen**  
Elisabeth Hein, 06861 701573
- **HG Orscholz**  
Alois Metrich, 06852 992930
- **KRS Haustadt**  
Paul Laub, 06835 602043

### **Herzgruppen Saar e.V. (HGS) -Ambulante Herzgruppe der AHG Weiskirchen**

Tamara Mertes, 06876 172603

Di.-Do. von 8.00-14.00 Uhr zu erreichen

t.mertes@hochwaldkliniken.de jeden Donnerstag ab  
16.15 Uhr

Hochwald-Kliniken Weiskirchen (Gymnastikhalle 3)  
66709 Weiskirchen

### **Herzgruppen Saar e.V. (HGS) - Landesverband zur Prävention und Rehabilitation von Herz- und Kreislaufkrankungen**

Helmut Röder, 06872 1417

roederhelmut@t-online.de

Termine: zu erfragen

[www. herzgruppen-saar.de](http://www.herzgruppen-saar.de)

## Kehlkopferierte

**Landesverband der Kehlkopferierten Saarland  
e.V.**

**Kontaktperson Merzig**

Alex Leidisch, 0160 92505282, alexleid@web.de

## Lungenerkrankung

### **Herzgruppen Saar e.V. (HGS) - Ambulante Herzgruppe bei der AHG Weiskirchen - Rehasportgruppe Lunge**

Tamara Mertes, 06876 172603

Di.-Do. von 8.00-14.00 Uhr zu erreichen

t.mertes@hochwaldkliniken.de jeden

Dienstag Hochwald-Kliniken Weiskirchen

(Gymnastikhalle 3) 66709 Weiskirchen

## Mukovizidose

### **Mukovizidose e.V.**

Kontaktperson Merzig Evelyn Lill, 06838 92695

evelyn.lill@muko-saar.de, www.muko-saar.de

## Multiple Sklerose

### **Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft - Landesverband Saar e.V. - Selbsthilfegruppe Obermosel**

Carsten Johannsmann, 06867 560479

info@dmsg-saar.de

2. Mittwoch im Monat, 18.30 Uhr

Pizzeria Venezia, Bergstr. 2, 66706 Perl

## Pflegende Angehörige

### **Verein pflegender Angehöriger e.V.**

Jutta Dillmann, 06868 266

letzter Mittwoch im Monat, Uhrzeit zu erfragen

66693 Mettlach-Tünsdorf

### **Pflegende Angehörige Merzig**

Elli Venner, 06861 932913

mgh.kd-saar@sos-kinderdorf.de

Treffen: zu erfragen

Mehrgenerationen haus „Jung hilft Alt“

Am Seffersbach 5, 66663 Merzig

## Rett- Syndrom

### **Rett- Syndrom Südwest e.V.**

Petra Hämisch, 06871 92221

p.haemisch@rett-syndrom-suedwest.de

## Rheuma

### **Deutsche Rheuma-Liga Saar e.V. - AG**

#### **Weiskirchen**

Irmgard Hecktor, 06874 6237

ela.lewer@gmx.de

Rheumatreff: 1. Donnerstag im Monat, 16.45 Uhr

Wassergymnastik Mo, Di, Do, Fr

ctt Hochwaldkliniken, Cafe Bistro, neben Bad 3

Am Kurzentrum 1, 66709 Weiskirchen

### **Deutsche Rheuma-Liga Saar e.V. - AG Merzig**

Christel Forsch, 06861 839531, drl-mzg@gmx.de

2. Montag im Monat 15.30 Uhr

Mehrgenerationenhaus „Jung hilft Alt“

Am Seffersbach 5, 66663 Merzig

## Seelische Gesundheit

### **"Halt und Hoffnung"**

Selbsthilfegruppe für seelische Gesundheit 06871

9098976, [www.haltundhoffnung.de](http://www.haltundhoffnung.de) jeden

Dienstag 19.00 - 21.00 Uhr

Ev. Gemeindehaus, Kräwigstr. 21, 66687 Wadern

## Transgender

### **Trans- Anders Merzig**

0152 01963639, [t-a-mzg@web.de](mailto:t-a-mzg@web.de)

Treff: jeden 2. Mittwoch im Monat, Treffpunkt zu erfragen



**KISS - Kontakt- und Informationsstelle  
für Selbsthilfe im Saarland  
Futterstraße 27  
66111 Saarbrücken**

**Telefon: 0681 9602130**

**[kontakt@selbsthilfe-saar.de](mailto:kontakt@selbsthilfe-saar.de)**

**[www.selbsthilfe-saar.de](http://www.selbsthilfe-saar.de)  
facebook: [@selbsthilfe.saar](https://www.facebook.com/selbsthilfe.saar)**

**Stand August 2020**



Landkreis  
MERZIG-WADERN



Kontakt- und  
Informationsstelle für  
Behinderte im Saarland



Gemeinschaftsförderung  
Selbsthilfe Saarland