

KIBIS

Selbsthilfeberatung Nordfriesland

SELBSTHILFE

im Kreis Nordfriesland



NEU!



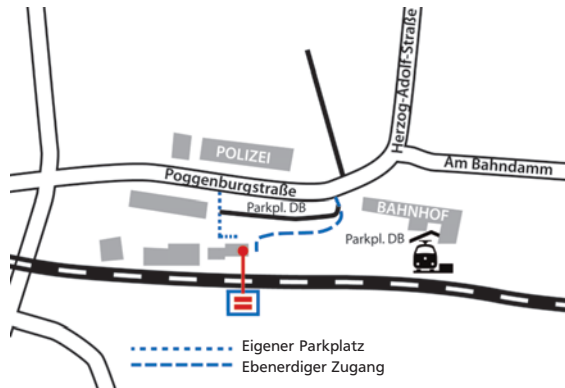
**Informationen und Termine
2022**

www.kibis-nf.de

IM INTERNET: www.kibis-nf.de

KIBS Nordfriesland
 Poggenburgstraße 10a
 25813 Husum
 Telefon: 04841 / 800777
 EMail: info@kibis-nf.de

Sprechzeiten:
 Mo 10 – 13 Uhr
 Di 10 – 13 Uhr
 Mi 14 – 17 Uhr



Wir sind im alten englischen Bahnhof / im gelben Haus. Gegenüber befindet sich die Polizeidirektion Husum.

- Mit dem Auto kommend über die Zufahrt des Parkplatzes der Deutschen Bahn der Ausschilderung Nordfriesische Metallkunst folgen.
- Zu Fuß können Sie vor dem Parkplatz der Deutschen Bahn links abbiegen Richtung Radstation, in der zweiten Kurve rechts befindet sich KIBIS.

- Wir informieren interessierte Bürgerinnen und Bürger über gesundheitliche und psychosoziale Selbsthilfegruppen, aber auch über professionelle Hilfsmöglichkeiten.
- Wir beraten Menschen, die auf der Suche nach einer für sie passenden Gruppe, Initiative oder Vereinigung sind und Selbsthilfegruppen in organisatorischen und fachlichen Fragen.
- Wir fördern Selbsthilfe & Bürgerschaftliches Engagement und machen sie publik. Wir setzen uns für ein selbsthilfefreundliches Klima ein.

- Unsere Angebote2
- Inhaltsverzeichnis3
- In eigener Sache4
- Fünf Vorteile einer Selbsthilfegruppe.....7
- Gruppen stellen sich vor8
- Gruppen im Aufbau11
- Neue Unterstützungsangebote13
- Medientipp15
- Selbsthilfegruppen und Selbsthilfeberatung von A-Z18
- Soziale Hilfen43
- Beratungsstellen49
- Kontaktstellen S-H55

Selbst gemacht

In dieser KIBIS-Info werden Treffen und Termine der nordfriesischen Selbsthilfegruppen veröffentlicht. Wenn sich etwas geändert hat, etwas fehlt, Sie einen Text einreichen oder eine Anregung geben möchten, wenden Sie sich gern an uns.

Redaktionsschluss der nächsten Ausgabe ist der 15. September 2022.



Liebe Leserinnen und Leser,
die vergangenen Monate haben uns allen viel abverlangt. Eine Ausnahmezeit, die von den Sorgen um die Zukunft ebenso geprägt war wie auf die Hoffnung auf ein baldiges Ende der Pandemie. Dabei zuversichtlich zu bleiben, ist wichtig für das eigene Wohlergehen. Die neue Auflage des Infoheftes soll Sie informieren und Sie zur Lösung ihrer persönlichen Herausforderungen ermutigen. Wir sind sehr zuversichtlich, dass wir mit gemeinschaftlichem Engagement ein besseres Morgen schaffen können. Dafür setzt sich KIBIS als Beratungsstelle für Selbsthilfe seit zwanzig Jahren in Nordfriesland ein.

Es grüßt Sie herzlichst im Namen des KIBIS-Teams

Angelika Weinert

Alle Angaben in diesem Heft gelten vorbehaltlich der jeweils aktuellen Verordnungen, die aufgrund der Corona Pandemie erlassen werden.

Bei Interesse an einer Selbsthilfegruppe nehmen Sie bitte vorher Kontakt mit einer Ansprechperson der Gruppe oder KIBIS auf.



KIBIS Nordfriesland / Neue Homepage!

Ein gutes Angebot im Internet ist in der Selbsthilfeunterstützung wichtig.

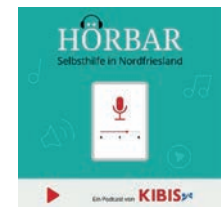
Im Jahr 2020 wurde mit dem Unternehmen Pixlscript, unter der Regie des Paritätischen SH, diese neue Homepage entwickelt. Auf der Selbsthilfe-Homepage von KIBIS können sich Interessierte umfassend über Selbsthilfegruppen hier im Kreis Nordfriesland und im weiteren Umfeld informieren. Die Suche von Selbsthilfegruppen ist über ein differenziertes Schlagwort-Register möglich.

Durch aktuelle Informationen zu Veranstaltungen, zu Gruppengründungen und auch zu Möglichkeiten von virtuellen Gruppentreffen und Links zu anderen Beratungseinrichtungen, kommt der neuen KIBIS-Homepage eine wachsende Bedeutung zu. www.kibis-nf.de.

NEU Podcast HÖRBAR – Selbsthilfe in Nordfriesland!

Lauscher auf, Podcast rein!

Mit unserem Podcast HÖRBAR - Selbsthilfe in Nordfriesland möchten wir Euch/Ihnen einen hörbaren Einblick geben in die Selbsthilfeworld. In unseren Episoden treffen wir auf Selbsthilfeakteur*innen, wir sprechen darüber was eigentlich in Selbsthilfegruppen passiert, über den gesellschaftlichen Wert von Selbsthilfegruppen und warum Menschen sich für Selbsthilfe engagieren. Jeden 1. Mittwoch im Monat erscheint eine neue Episode. Unser Podcast ist auf bekannten Plattformen wie Spotify, Deezer, Google Podcast, Podigee, Apple Podcast, Amazon Musik/Audible und natürlich auf www.kibis-nf.de abrufbar.



Selbsthilfe-Akademie in Schleswig-Holstein

Die Selbsthilfe-Akademie Schleswig-Holstein bietet ein breites Fort- und Weiterbildungsangebot für alle Interessierten und Aktiven in der Selbsthilfe Schleswig-Holstein. Das Motto der Selbsthilfe-Akademie ist „Voneinander lernen – Akteurinnen und Akteure der Selbsthilfe stärken und Handlungskompetenzen fördern“. So begegnen sich in Seminaren vor Ort, auf Fachtagungen oder in Online-Veranstaltungen Menschen aus der Selbsthilfe mit einem breiten Erfahrungswissen und Expert*innen zu bestimmten Themen. So entwickeln sich neue Perspektiven für die eigene Selbsthilfegruppenarbeit, für die Selbsthilfeorganisationen oder auch Selbsthilfekontaktstellen. Und Interessierte gewinnen gute Einblicke in das vielfältige Geschehen der Selbsthilfe.

Unter www.selbsthilfe-akademie-sh.de finden Sie das aktuelle Veranstaltungsprogramm für 2022

Schreiben tut gut!

Ein weiteres besonderes Jahr liegt fast schon hinter uns. Die Corona Pandemie prägt unseren Alltag und wird dies in gewissem Maße auch noch einige Zeit tun.

Sie, in den Selbsthilfegruppen und Selbsthilfeorganisationen, haben die Selbsthilfe mit viel Kreativität, Geduld und Hartnäckigkeit wachgehalten. Das war nicht immer einfach und so Manche und Mancher erleben spürbar den Verlust des persönlichen Kontaktes.

Über die Initiative „Schreiben tut gut - Schreiben macht Mut!“ möchten wir mit Ihnen allen in Kontakt kommen und laden Sie ein, uns zu schreiben. Wir möchten die Menschen in der Selbsthilfe einladen, über ihre ganz persönlichen Erfahrungen in den letzten Jahren mit positivem Blick zu schreiben.

Wie haben Sie das nur geschafft, den Kopf oben zu behalten?

Schreiben Sie uns, was Ihren Tag schöner macht. Denn Schreiben tut gut und Lesen auch. Vor allem, wenn wir voneinander lesen. Dies kann ganz gewohnt mit Stift und Papier geschehen und auch digital. Schicken Sie Ihre Beiträge per Mail an: schreiben-tut-gut@selbsthilfe-akademie-sh.de

Mehr zur Initiative erfahren Sie hier:

www.selbsthilfe-akademie-sh.de



SAVE THE DATE:

AKTIONSWOCHE SELBSTHILFE 2022

Dieses bundesweite Ereignis findet von Samstag, den 3. September bis Sonntag, den 11. September 2022 statt. Der Slogan lautet wieder „WIR HILFT!“ und vor Ort können sich alle Selbsthilfeorganisationen und -gruppen so einbringen, wie sie möchten. Wir freuen uns auf die vielen guten Ideen und Aktivitäten, die es geben wird!

X Hier triffst du auf Menschen, die sich in einer ähnlichen Lebenssituation wie du befinden oder das gleiche Problem haben. Mit anderen Worten: In einer Selbsthilfegruppe lernst du Gleichgesinnte kennen, die dich verstehen und ernst nehmen – etwas, was deine Freunde und Familie möglicherweise nicht können, weil es ihnen schwer fällt, nachzuempfinden, wie es dir wirklich geht.

X In einer Selbsthilfegruppe kannst du offen über deine täglichen Herausforderungen reden, du musst dich nicht verstellen oder auf die Ansichten anderer Rücksicht nehmen. Hier musst du nicht funktionieren, sondern kannst du einfach so sein, wie du bist. Durch die Treffen findest du neues Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein und kannst daraus Kraft ziehen, um den Alltag besser zu bewältigen.

X Eine Selbsthilfegruppe ist ein geschützter Raum, in dem alles vertraulich behandelt wird. Was du in der Gruppe sagst, bleibt auch dort und wird nicht nach außen weitergegeben.

X Eine Selbsthilfegruppe stärkt dir den Rücken und motiviert dich darin, deinen Weg weiterzugehen, weiterzukämpfen, nicht aufzugeben. Hier findest du positive Beispiele, Anregungen und Ideen, wie du mit deiner Lebenssituation oder deinem Problem gut umgehen kannst. In der Selbsthilfegruppe bist du Teil einer Gemeinschaft.

X Selbsthilfe funktioniert ohne lästigen Papierkram oder Kampf mit Ärzten und Krankenkassen. Die regelmäßigen Treffen von Selbsthilfegruppen werden von ihren Mitgliedern eigenverantwortlich geplant und durchgeführt. Die Gesprächsinhalte und Aktivitäten, aber auch die Gestaltung der Gruppenarbeit werden gemeinsam in der Gruppe entwickelt und bestimmt. Jedes einzelne Mitglied bestimmt außerdem für sich, was und wie viel es jeweils in die Gruppe einbringen möchte.

Borderline



BorderlineNF
verbindet
Gesundheit mit Gemeinschaft

Hilfe für Menschen mit
Borderline aus Nordfriesland

Was dich erwartet

eine WhatsApp Gruppe für den
täglichen Kontakt mit
Gleichgesinnten

Eine wöchentliche
Videogruppe

Wöchentliches Gruppentreffen
in Husum

Hilfe und Unterstützung
auch in kritischen
Lebenslagen

Ein vertrauensvoller und
behutsamer Umgang
miteinander sowie
Schweigepflicht

Du bist selbst nicht erkrankt, benötigst
jedoch Hilfe als Angehöriger?
Melde dich gerne bei uns.

www.borderlinenf.de www.kibis-nf.de

Café für die Seele in Husum

An jedem 1. Freitag im Monat von 15 - 17 Uhr bietet die Quartiersentwicklung des Diakonischen Werks Husum in der Norderstr. 2 ein "Café für die Seele" für Menschen an, die in irgendeiner Hinsicht trauern. Neben dem Verlust eines Menschen kann es dabei auch um den verlorenen Job oder den Abschied aus der vertrauten Umgebung gehen. Wer sich angesprochen fühlt, kann sich im geschützten Umfeld mit Café-Charakter mit Gleichgesinnten austauschen - auf Wunsch auch anonym.

Weitere Information unter der Tel. 04841 / 82920 09.

Klönnschnack in Tönning

Jeden Donnerstag von 14.30 bis 16.30 Uhr (bitte ausgehängten Monatsplan im Fenster beachten) für Menschen mit und ohne psychischem Handicap- "Gemütliches Treffen bei Gebäck und Kaffee" im Treffpunkt AWO SH, Neustraße 20, 25832 Tönning.

Kontakt: R. Strüning Mobil 0171 / 7218518

QUEERE Jugendgruppe Flensburg

Du bist zwischen 13 - 17 Jahren, trans*, bi, schwul, lesbisch, queer, intersexuell oder anderen Geschlechts und suchst Gleichgesinnte zum Austausch?

Dann komm zu uns! Wir sind ein queerer Jugendtreff.

Wo: HOFKITA, Boreasmühle 6-8 (gegenüber vom CITTI Park)

Wann: Alle 14 Tage samstags (gerade Kalenderwoche) von 16 - 18 Uhr (in den Ferien nach Bedarf und nicht an Feiertagen) Wir freuen uns auf DICH.

Instagram: [queere_jugend_flensburg](https://www.instagram.com/queere_jugend_flensburg)

Leitung: Laura Schulze-Kölln, Mobil 0152 / 22819191

Turner-Syndrom Selbsthilfegruppe für Schleswig-Holstein

Für Schleswig-Holstein besteht seit Juni 2021 eine Regionalgruppe für Betroffene des Ullrich-Turner-Syndroms.

Turner-Syndrom – Was ist das eigentlich?

Es ist eine Chromosomenerkrankung: Frauen haben ja normalerweise XX als Geschlechtschromosom. Aber bei unge-

fähr einer Geburt von 2.500 Mädchen liegt überwiegend ein XO-Chromosom vor. Das nennt man Turner-Syndrom. Viele von den Betroffenen sind klein und können keine Kinder bekommen – jede ist anders. Die eine oder andere hat vielleicht gesundheitliche Beeinträchtigungen wie Ödeme, evtl. Herz – oder Hörprobleme. Aber es sind alles intelligente Kämpferinnen, leider kommen nur 2% überhaupt auf die Welt.

Rückfragen und Informationen: Bianca Hirth
E-Mail: rg-schleswig-holstein@turner-syndrom.de

Informationen zum Thema Ulrich-Turner Syndrom sind auf der Homepage der Turner-Syndrom Vereinigung Deutschland e.V. unter www.turner-syndrom.de zu finden.

Leben mit dem Trauma – landesweit erste Selbsthilfegruppe für Einsatzkräfte

Die Treffen der PTBS-Selbsthilfegruppe für Einsatzkräfte findet in den Räumen des Familienberatungszentrums der Bundeswehr in Kiel, Parkstraße 2, statt. Das Angebot ist kostenfrei.

Kontakt und Anmeldung unter: Mobil 0171 / 3022703
oder per E-Mail: PTBS-SHG-Einsatzkraefte@t-online.de.



Gruppe für Angehörige von MS Erkrankten

...Wer einen Menschen liebt, versucht häufig, alles für ihn zu tun. Deshalb kann es passieren, dass Angetraute, Familie und Weggefährten von MS-Betroffenen manchmal mehr geben, als sie können. Dabei ist es wichtig, mit den eigenen Kräften zu haushalten. Nur wenn Du Dich um Dich selbst kümmerst, kannst Du auch für den anderen da sein.

Als Familienangehörige eines Erkrankten an Multiple Sklerose (MS) bin ich auf der Suche nach vergleichbar betroffenen Angehörigen, die Interesse an Gesprächen mit „Gleichgesinnten“ haben.

Es gibt in Nordfriesland bereits MS-Selbsthilfegruppen, die heterogen zusammengesetzt sind. Das heißt, hier treffen sich Betroffene und Angehörige gemeinsam. Gerne möchte ich eine Selbsthilfegruppe ins Leben rufen, die den Angehörigen einen eigenen Raum zum vertraulichen (Erfahrungs-) Austausch unter „Gleichgesinnten“ bietet und den Freiraum gibt, eigene Themen/Interessen in diesem Kontext aufzugreifen.

Interessenten wenden sich bitte an:
KIBIS NF, Tel. 04841 / 800777, E-Mail: info@kibis-nf.de,
www.kibis-nf.de

Gruppe für Eltern von Mobbing betroffenen Kindern und Jugendlichen

Wir alle kennen aus unserer Schulzeit die Situation, dass wir andere ärgerten oder auch selbst geärgert wurden. Das gehört dazu, aber wo hört einfaches Ärgern auf und wo fängt Mobbing an?

Mobbing bei Kindern und Jugendlichen beginnt dort, wo es Spuren hinterlässt, die im schlimmsten Fall für das ganze restliche Leben haften bleiben. Kaum ein anderer Problembereich bei Kindern und Jugendlichen ist so schwierig zu erkennen und zu behandeln wie das Mobbing.

Mein Kind wird in der Schule gemobbt. Bei meinem Kind äußert es sich so: Während der Schulzeit u.a. Bauchschmerzen, Übelkeit, Rückenschmerzen, Kopfschmerzen. Alles Zeichen dafür, dass es meinem Kind nicht gut geht. Nachmittags, am Wochenende, in den Ferien geht es ihm gut. Ich muss Hilfe suchen, aber wo? Das Gefühl, es ist keiner da, der helfen kann. Viele betroffene Kinder und Jugendliche sind der Situation hilflos ausgeliefert. Ohnmacht nicht nur bei den Kindern, auch bei den Eltern.

Um dieser Hilflosigkeit etwas entgegen zu setzen, möchte ich eine Gruppe für Betroffene Eltern ins Leben rufen. In dieser Gruppe können wir uns austauschen, stärken und Wege suchen.

Interessenten wenden sich bitte an:
KIBIS NF, Tel. 04841 / 800777, E-Mail: info@kibis-nf.de,
www.kibis-nf.de

Gruppe Trennung - Neubeginn

Nach einer Trennung, vor allem wenn sie durch den Partner ausgesprochen wurde, bricht für manche Menschen buchstäblich die ganze Welt zusammen. Die vielen schönen Erinnerungen quälen, statt zu erfreuen. Im Kopf drehen sich immer dieselben Gedanken, die nach dem „Warum“ fragen. Die betroffene Person fühlt sich selbst minderwertig, weil sie offenbar nicht die nötigen Eigenschaften besitzt, um geliebt zu werden. Viele schöne Pläne, die man mit der Partnerin oder dem Partner hatte, lösen sich in Luft auf. Wie soll es weitergehen? Die Wenigsten wissen es. Trennungs- und Scheidungs-situationen führen oftmals auch zu existentiellen Problemen.

Ich bin auf der Suche nach Gleichgesinnten, die Schwierigkeiten haben, ihre Trennung zu akzeptieren und zu verarbeiten. Ziel ist es, im gegenseitigen Austausch Wege und Hilfen zu finden, um mit dem Verlust und der dadurch entstandenen Leere umzugehen. Die Selbsthilfegruppe kann ein erster Schritt in die Richtung sein, den Alltag wieder zu bewältigen und verloren gegangenes Selbstbewusstsein neu zu entwickeln. Es können mit Menschen in ähnlichen Lebenssituationen Erfahrungen, Anregungen und Ideen ausgetauscht werden. Betroffene können offen über ihre Problematiken sprechen und Kraft und Stärke schöpfen.

Interessenten wenden sich bitte an:
KIBIS NF, Tel. 04841 / 800777, E-Mail: info@kibis-nf.de,
www.kibis-nf.de

Sprechstunde für Fragen zur Sexualität Offen und Ehrlich – die Jugendsprechstunde

Die Sprechstunde richtet sich an Jugendliche und junge Erwachsene, die zu allen Themen in den Bereichen Liebe, Partnerschaft und Sexualität ins Gespräch kommen wollen. Beziehungsstress, Liebeskummer oder Fragen zur Sexualität können in vertraulichem Rahmen besprochen werden. Die Jugendsprechstunde möchte in vertraulicher Atmosphäre helfen und Wege aufzeigen. Sie findet dienstags von 14 - 15 Uhr statt.

**Kontakt: Psychologisches Beratungszentrum des
 Diakonischen Werks, Theodor-Storm-Str. 7 in Husum,
 Tel. 04841 / 6914440, E-Mail: pbz@dw-husum.de,
 www.dw-husum.de**

Auszeit für die Seele e.V.

Armut und schwere Krankheit gewinnen immer größere Bedeutung. Krebspatienten werden nach 18 Monaten von den Krankenkassen ausgesteuert, ALG-II und Grundversicherung sind dann nicht mehr weit entfernt, für Urlaub bleibt dann oftmals kein Geld übrig. Unser Verein "Auszeit für die Seele e.V." baut einen Vermittlungspool mit im Preis reduzierten oder komplett gespendeten Ferienwochen auf und hilft auch auf diese Art den schwerkranken Patienten.

**Weitere Informationen auf www.auszeit-seele.de,
 E-Mail: vorstand@auszeit-seele.de,
 Service-Telefon 04464 / 8699473.**

Café für die Seele

Die Quartiersentwicklung des Diakonischen Werks Husum bietet in der Norderstr. 2 ein "Café für die Seele" für Menschen an, die in irgendeiner Hinsicht trauern. Neben dem Verlust eines Menschen kann es dabei auch um den verlorenen Job oder den Abschied aus der vertrauten Umgebung gehen.

Wer sich angesprochen fühlt, kann sich künftig an jedem 1. Freitag im Monat von 15 - 17 Uhr im geschützten Umfeld mit Café-Charakter mit Gleichgesinnten austauschen - auf Wunsch auch anonym.

Infos: Tel. 04841 / 8292009

Lebensbegleitung Südtondern: Neuer Verein hilft bei Einsamkeit und Hoffnungslosigkeit

Die seit 15 Monaten andauernde Corona-Pandemie hat ein bereits lang bestehendes gesellschaftliches Problem verstärkt und in das öffentliche Bewusstsein gerückt. Immer mehr Menschen fühlen sich einsam, sehen sich Hoffnungslosigkeit und schwierigen Lebenssituationen ausgesetzt. Dem wollen engagierte Frauen und Männer in Südtondern mit einem neuen Verein und neuem Konzept entgegenwirken. Die Idee „Bürger helfen anderen Bürgern“ folgt der Tradition des englisch-australischen Soziologen Allan Kellehear, Er begründete 2005 die Idee der „compassionate Communities“, der „mitfühlenden Gemeinschaft“.

Die Lebensbegleitung Südtondern bietet ihre Hilfe allen Menschen an. „Dabei hören wir zu, versuchen uns mitdenkend in die Problemlage einzufühlen und Trost durch Gespräche zu spenden“, so Christel Tychsen weiter. „Unsere ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind in Fragen der Lebensbegleitung geschult. Wer sich für eine solche Aufgabe als Begleiterin oder Begleiter interessiert, bekommt eine kostenlose Schulung, die der Verein finanziert.“

Auf der Website www.lebensbegleitung-suedtondern.de stellt der neue Verein sich nicht nur vor, sondern informiert auch detailliert über seine kostenlosen ehrenamtlichen Hilfsangebote. Alle Helferinnen und Helfer verpflichten sich ebenso wie der Vorstand der Verschwiegenheit.

**Kontakt: Lebensbegleitung Südtondern e.V.,
Bergstraße 5a, 25926 Ladelund, Tel. 0174 / 4180749,
E-Mail: kontakt@lebensbegleitung-suedtondern.de**

Rotkäppchen

Das Hilfsprojekt „Rotkäppchen“ ist in Mildstedt angelaufen. Ab sofort werden die von der Tafel verteilten Lebensmittel direkt zu den Menschen an die Haustür gebracht.

Die Lebensmittel kann man jeweils bis dienstags um 11 Uhr bei der Quartiersmanagerin Annett Dürkop unter Tel. 04841 / 6682996 bestellen. Die Lieferung der lebensmittel-tüte erfolgt dann am Mittwoch unmittelbar an die Haustür der Betroffenen. Anspruchsberechtigt seien Seniorinnen und Senioren, denen der Weg zur Tafel nach Husum Schwierigkeiten bereiten, würde sowie Menschen, die Sozialhilfe oder Arbeitslosengeld oder eine geringe Rente beziehen, die aufgestockt wird.

Ehrenamt-Coachin im Amt Mittleres Nordfriesland

Das Amt Mittleres Nordfriesland hat mit Martje Petersen eine Ehrenamts-Coachin eingestellt – und eine Internetplattform eingerichtet, in der Vereine und Institutionen ihre Angebote für eine ehrenamtliche Tätigkeit platzieren können. Aber auch Gesuche von Interessierten, die etwas für das Gemeinwohl freiwillig tun wollen, sind dort willkommen.

Weitere Informationen: E-Mail: m.petersen@amnf.de oder unter Tel. 04671 / 9192-176.

Medientipp

Depressions-Podcast

Woran erkenne ich, dass ich an einer Depression leide? Welche Therapien helfen? Welche Auswirkungen hat die Erkrankung auf Familie und Partner? Diesen Fragen gehen NDR Info und die Stiftung Deutsche Depressionshilfe im neuen Podcast „Raus aus der Depression“ nach. Entertainer Harald Schmidt, seit über zehn Jahren Schirmherr der Stiftung Deutsche Depressionshilfe, ist Gastgeber des Podcast. Er spricht mit Betroffenen und fragt, wie es Ihnen geht und wie sie gelernt haben mit einer Depression zu leben..

www.ndr.de/nachrichten/info/podcast5110.html



Neben Dir – der Podcast für Angehörige

Dieser Podcast soll Angehörigen von Menschen, die mit einer Krankheit oder Behinderung leben, eine Stimme und ein offenes Ohr schenken. Während es häufig Angebote für Betroffene gibt, kommen die Angehörigen manchmal zu kurz. Obwohl es sehr viele von ihnen gibt und sie ganz eigene Themen, Sorgen und Fragen mitbringen, scheinen sie oft unsichtbar zu sein.“ Deshalb finden wir es wichtig, mit diesem Podcast ein Angebot für die Themen der Angehörigen zu schaffen.“

www.anchor.fm/nebidir



SOBERRADIO- Podcast der Guttempler in Deutschland

Der Podcast SOBERRADIO wendet sich an eine breite Hörerschaft. Zu Wort kommen interessante Menschen, die etwas zum Thema zu sagen haben. Sie reden über die ganze Bandbreite, die das Thema Sucht mit sich bringt. Sie kommen mit ihren ganz individuellen Geschichten zu Wort. Expert*innen in eigener Sache, die sich für ein selbstbestimmtes suchtmittelfreies Leben einsetzen. Moderator ist Roman Grandke aus Berlin.



www.soberguides.de/soberradio/

ISD Initiative Schwarzer Menschen in Deutschland in Deutschland e.V. stellt sich vor

Die Initiative Schwarzer Menschen in Deutschland e.V. stärkt seit den 1980er Jahren die Interessen Schwarzer Menschen in Deutschland. Die Vereinsarbeit erstreckt sich auf zwei Kernbereiche: einerseits die politische Arbeit, welche sich nach außen richtet und Rassismus in der Gesellschaft thematisiert, andererseits die Community-Arbeit, welche die Vernetzung Schwarzer Menschen stärkt. Auf der Homepage www.isdonline.de stellt sich die Initiative mit einem Video vor.

Hilfsportal Sexueller Missbrauch

Betroffene, Angehörige und Fachleute finden schnellen Zugang zu Hilfen und Information. Auch Menschen, die sich Sorgen um ein Kind machen oder Fragen zum Thema haben, erhalten Unterstützung auf der Internetseite www.hilfe-portal-missbrauch.de.



ZEBRA Zentrum für Betroffene rechter Angriffe e.V.

Wen beraten wir?

- › Betroffene rechtsmotivierter und rassistischer Angriffe
- › Angehörige und Freund/innen von Betroffenen
- › Zeug/innen eines entsprechenden Angriffs

Was können wir anbieten? u.a.

- › Beratung und emotionale Unterstützung nach einem Angriff und in Krisensituationen
- › Informationen über rechtliche Möglichkeiten (Anzeige, Nebenklage, Opferschutz)
- › Begleitung zur Polizei, zu Behörden, Ämtern, Ärzt*innen und Rechtsanwält*innen
- › Vor- und Nachbereitung sowie Begleitung von Gerichtsverfahren
- › Hinweise zu Möglichkeiten finanzieller Unterstützung, z.B. Prozesskostenhilfe und Entschädigungszahlungen

Weitere Informationen unter www.zebraev.de

Nur Mut – Mutmachgeschichten

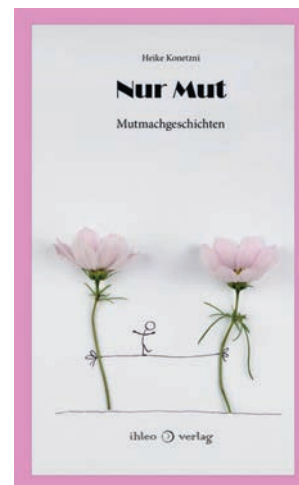
25 Geschichten, die entschlossen machen: etwas zu wagen, neue Wege zu gehen, aus dem Trott auszubrechen. Und das mit Humor!

Dabei sind es ernste Themen: Mobbing, Krankheit, Tod und Liebesschmerz. Aber Heike Konetzni schafft es, sie in Leben

zu verwandeln, in Situationen, in denen selbst die Helden merken: Der Schein trügt! Die eigenen Vorurteile haben vor schnell zu Resignation und Mutlosigkeit geführt! In Wahrheit nämlich wird tatsächlich nichts so heiß gegessen wie gekocht und sind die Menschen oft – einfach Menschen!

Wunderbare Mutmachgeschichten, melancholisch-heitert, pointiert und berührend. Ein kleines Wunder.

ISBN 3966660083
(ihleo verlag)



➤ **ADHS Regionalgruppe Südtondern**

ADHS-Gesprächsgruppe

Jeden 2. Montag im Monat
Familienbildungstätte Niebüll, Uhlebüllers Landstraße 22
Anmeldung unter:
E-Mail: adhs-selbsthilfe-suedtondern@gmx.de

➤ **Adipositas**

Adipositas Selbsthilfegruppe Sylt

Stefanie Flintermann, Tel. 0172 / 1862062

Adipositas SHG Flensburg

Jeden 2. und 4. Donnerstag, 19 - 21 Uhr
im Fliednersaal, Diako FL
Aktuell nur mit vorheriger Anmeldung
gerne per WhatsApp Daniela Hall, 0177 / 3144600

➤ **ALS- Gesprächskreis in Husum**

Treffen bitte erfragen
Stadtweg 44, Husum, Diakonie
Herbert Heinlein, Tel. 0481 / 5022072

➤ **Alzheimer**

Gesellschaft Nordfriesland e.V.

Im Hause der Diakoniestation Husum
Stadtweg 44, 25813 Husum
Dr. Carsten Thoroer, Tel. 0163 / 6306691
www.alzheimer-nordfriesland.jimdo.com

➤ **Amputation**

Ersatzteil-Lager ... Treffpunkt für alle Amputierten im Norden

Am letzten Donnerstag im Monat, 17 - 19 Uhr
Annett Anders, Tel. 0431 / 90884770
E-Mail: info@exopat.de, www.exopat.de

➤ **Angehörige**

Selbsthilfegruppe für Angehörige von Menschen mit Diagnose „HIV positiv“

Kontakte und Treffpunkte bitte erfragen bei
KIBIS NF, Tel. 04841 / 800777

Angehörigengruppe für Angehörige psychisch erkrankter Menschen / Psychose, Manisch-Depressiv

Kreisgesundheitsamt, Damm 8, 25813 Husum
Thomas Fischer, Tel. 04841 / 67734

Selbsthilfegruppe für „Angehörige psychisch Kranker“

Jeden 3. Montag im Monat, 19.30 Uhr
KIBIS NF, Tel. 04841 / 800777

Angehörige von MS-Erkrankten

Kontakt und Treffpunkt bitte erfragen
KIBIS NF, Tel. 04841 / 800777
E-Mail: info@kibis-nf.de

➤ **Angst und Depressionen**

Angst und Depressionen Husum

Kontakte und Treffpunkte bitte erfragen
KIBIS NF, Tel. 04841 / 800777

Angst und Depressionen Struckum

14-tägig, dienstags, 20 Uhr
Gemeindehaus in Struckum
Heinrich, Tel. 04671 / 4329

„Keiner ist allein“ Niebüll

Donnerstags, 18 Uhr
BBZ Niebüll, Westerlandstr. 3, 25899 Niebüll, Pavillion
Elke, Tel. 04661 / 900420
Hilke, Tel. 04661 / 8050

Selbsthilfegruppe „Lichtblick“ Föhr

Mittwochs, 18 Uhr
Die Brücke e.V., Strandstraße 4 G, 25938 Wyk auf Föhr
Dr. Marina Kowalewski, Tel. 04681 / 4611
E-Mail: suchtberatung@bruecke-foehr.de
www.bruecke-foehr.de

➤ **Ataxien und Heredo-Ataxien –**

Fehlerhaftes Zusammenspiel im peripheren und zentralen Nervensystem

Regionalgruppe Schleswig-Holstein für Betroffene, Angehörige und andere Interessierte

Jeden 1. Samstag im Monat 11 - 13.30 Uhr
KIBIS im Kreis Schleswig-Flensburg
Lollfuß 48, 24837 Schleswig
Barrierefrei und Parkplätze vorhanden.
Heinke Friedrichsen, E-Mail: Heinke.Friedrichsen@versanet.de
Henry Suttkus, Regionalleitung DHAG
Tel. 0176 / 51683693, E-Mail: h.suttkus@gmx.de,
Gerhard Schmitz, E-Mail: schmitzgerhard1959@gmail.com
Ataxie-Info und Forum: www.ataxie.org

➤ Augenerkrankung

Uveitis im Norden - eine seltene entzündliche Augenerkrankung

Treffpunkt und Datum bitte erfragen
D. Hansen, Tel. 04841 / 6696565
G. Fechner, Tel. 0172 / 9937850
E-Mail: uveitis-im-norden@gmx.de
www.uveitis-im-norden.de

➤ Behinderungen

Beauftragter für Menschen mit Behinderungen der Stadt Husum

Jeden 1. Montag im Monat, 9 - 12 Uhr
Rathaus, Zingel 10, Husum, Zimmer 025 im Erdgeschoss
Erich Jacobsen, Tel. 0172 / 3733093

Beauftragter des Kreises Nordfriesland für Menschen mit Behinderung

Kreishaus, Marktstraße, Raum 26 im EG
jeden 3. Donnerstag im Monat, 15.30 - 17.30 Uhr
außer in den Ferien
Manfred Steffens, Tel. 0800 / 0800 679

Behindertenberatung Kreisgesundheitsamt

Frauke Fischer, Tel. 04841 / 67726

Bundesverband für Rehabilitation KV Nordfriesland

Vorher: Bund deutscher Hirnverletzter
Klaus Euler, Tel. 04674 / 962801

Lebenshilfe Husum gemeinnützige GmbH

Tel. 04841 / 983980
www.lebenshilfe-husum.de

Lebensbegleitung Nord gGmbH

Freizeitgestaltung und Ferienmaßnahmen beh. Kinder und Jugendlicher
Mo - Fr, 8 - 12 Uhr, Stadtweg 2a, Husum
Frau Kneib, Tel. 04841 / 6683980

➤ Blinde

Blinden- und Sehbehindertenverein Schleswig-Holstein e.V. -

Bezirksgruppe Husum
letzter Do im Monat, 15 Uhr
Dragseth's Gasthof, Zingel 11, Husum
Elka Andresen, Tel. 04841 / 5628
E-Mail: husum@bsvsh.org

➤ Borderline

Selbsthilfegruppe Borderline

Termine und Uhrzeit bitte erfragen.
KIBIS NF, Tel. 04841 / 800777
E-Mail: info@kibis-nf.de
www.borderlinenf.de

➤ CED Selbsthilfegruppe Husum

Chronisch Entzündliche Darmerkrankungen

Am Mittwoch der im Monat dem 15. nahe ist, 19 Uhr
Husumer Werkstätten, Dieselstr. 18
Axel Carl, Tel. 0160 / 1731926

➤ CFS (Chronische-Fatigue-Syndrom)

Syndrom der chronischen Erschöpfung, Systemische Belastungsintoleranz

Beratung für Betroffene und Unterstützer
Sigrid Saxen, Tel. / Fax 04841 / 82510
(bitte den Anrufbeantworter nutzen)

➤ Corona

Long-Covid – Überregionale Selbsthilfegruppe für Betroffene und Angehörige

Kontakte und weitere Informationen:
www.long-covid.me

➤ Diabetes

Diabetiker Selbsthilfegruppe Husum

Jeden 2. Montag im Monat
Klinik Husum / „De Ole Peerstall“, bitte anmelden
Harro Jacobsen Tel. 04662 / 4581

Diabetikergesprächskreis Leck

Jeden 1. Dienstag im Monat, 19 Uhr
Haus des Dänischen Vereins, Probst-Nissen-Weg 55, Leck
Königl. Privil. Apotheke
Hans-Günter Lund, Tel. 04662 / 2220
E-Mail: lund@apotheke-leck.de

Diabetiker Selbsthilfegruppe Niebüll

Jeden 2. Mittwoch im Monat um 20 Uhr
in der FBS, Haus der Kirche, Uhlebüllers Straße 22
bitte anmelden
Harro Jacobsen, Tel. 04662 / 4581

Diabetes Bewegungsgruppe

Mittwochs 9.15 - 10.30 Uhr

Turnhalle in Hattstedt, Nordseestraße

Thorsten Schulze

Tel. 04846 / 63785, Fax: 04846 / 6016188

E-Mail ThorstenSchulze@t-online.de

► Dialyse und Nierenkranke**Interessengemeinschaft der Dialysepatienten und Nierentransplantierten Westküste e.V.**

Jeden 1. Donnerstag im Monat, 19 Uhr

Gaststätte Koll, 25746 Weddingstedt

Evelin Topp, Tel. 04804 / 969

Junge Nierenkranke Deutschland e.V.

Altersgruppe zwischen 18 und 40 Jahren

www.junge-nierenkranke.de

► Demenz**Angehörigen-Gesprächskreis - Husum****Alzheimer Gesellschaft NF**

14-tägig mittwochs, 16 Uhr

Diakoniestation, Stadtweg 44, Husum

Termin bitte erfragen

Dorothee Mühlenbeck, Tel. 04841 / 72798

Angehörigen-Gesprächskreis – Bredstedt

Jeden 2. Montag, 18 - 19.30 Uhr

Tonderntreff, Osterstr. 28, Bredstedt

Gudrun Andresen, Tel. 0461 / 40779796

Betreuung auf dem Bauernhof - Behrendorf für Menschen mit Demenz mit Kaffee und Kuchen

Treffen auf Anfrage

Bauernhofprojekt, Frau Thomsen-Wohlert

Tel. 04843 / 1475

Café Donnerstag

Für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen

jeden 2. und 4. Donnerstag, 15 - 17 Uhr

Mehrgenerationen Haus, Woldsenstr. 47, Husum

Heike Tetens, Christine Becker, Gudrun Andresen

Tel. 04841 / 2153

Café Sahnehäubchen

Für Menschen mit Demenz mit Kaffee und Kuchen

montags und mittwochs, 14.30 - 17.30 Uhr

Diakoniestation, Stadtweg 44

Gesa Junker, Tel. 04841 / 83880

Demenz Bibliothek Mildstedt

Demenz Bibliothek Mildstedt in der Quartiersentwicklung Mildstedt, Schulstr. 8

für Angehörige von Menschen mit Demenz, Menschen mit beginnender Vergesslichkeit und Interessierte Ausleihe von Büchern und Spielen zum Thema Demenz bis zu 4 Wochen kostenfrei

dienstags, 15 - 16.30 Uhr, jeden 1. und 3. Donnerstag, 16.30 - 18 Uhr

Matina Schmidt, Tel. 04841 / 6682996

Beratung möglich in allen Öffnungszeiten

Einzelberatung auch nach Terminvereinbarung kostenfrei und vertraulich

jeden letzten Dienstag im Monat, 15 - 16.30 Uhr mit Kaffee und Kuchen

mit Margot Hansen und Matina Schmidt

Erinnerungsbuch erstellen / Biografiearbeit

Jeden 1. Di im Monat, 15 - 16.30 Uhr

Malen und Gestalten

Jeden 3. Di im Monat, 15 - 16.30 Uhr

Entspannung für Angehörige von Demenzerkrankten

Verschiedene Entspannungsmethoden für Angehörige

Meerentspannung, Manuela Bosse, Tel. 01709 - 800500

Den sanften Weg gehen. Entspannung, auftanken, Abstand für Angehörige.

Bernadette König, Tel. 04625 / 7602

Selbsthilfegruppe für Menschen mit beginnender Demenz und deren Angehörige

Jeden 2. Freitag im Monat, Uhrzeit erfragen

Gudrun Andresen, Tel. 04671 / 40779796

Angelika Lies, Tel. 0151 / 28152837

Kaffeekännchen

Donnerstags, 14.40 - 17.30 Uhr

Diakoniestation Viöl, Schwalbenweg 2

Ilona Lepke, Tel. 04843 / 20820

Offene Demenz Sprechstunde - Husum

Ohne Anmeldung, für Angehörige, Menschen mit beginnender Demenz, Interessierte

Lokale Allianz für Menschen mit Demenz in

Zusammenarbeit mit der Alzheimer Gesellschaft NF

jeden 2. und 4. Dienstag im Monat, ab 16.30 Uhr

Familienbildungsstätte, Woldsenstr. 47, Husum

Gudrun Andresen, Tel. 04671 / 40779796

Angelika Lies, Tel. 0151 / 28152837

Offenes Singen

Für Menschen mit Demenz und Interessierte
mit Kaffee und Kuchen
jeden 2. Montag im Monat, 15 - 17 Uhr
Friedenskirche, Schobüller Str.10, Husum
mit Herrn Pastor Dahl
Alzheimer Gesellschaft NF
Angelika Lies, Tel. 0151 / 28152837

Offenes Wohnzimmer „Spiele“

Mit Gedächtnistraining
dienstags, 15 - 17 Uhr
Mehrgenerationen Haus Woldsenstr. 47, Husum
Gudrun Andresen, Tel. 04841 / 2153

Schlosspark Boule - spielen auch für Menschen mit beginnender Demenz

Donnerstags und sonntags 14 Uhr
Schlosspark Nähe Krankenhaus
Frau Friedrich, Tel. 04841 / 64985

Selbsthilfegruppe für Menschen mit beginnender Demenz

Jeden 2. Dienstag im Monat, 19 - 20.30 Uhr
Mehrgenerationen Haus, Woldsenstr. 47, Husum
Lokale Allianz und Alzheimer Gesellschaft NF
Angelika Lies, Tel. 0151 / 28152837

➤ Deutsche Klinefelter-Syndrom Vereinigung e.V.**Regionalgruppe S.-H.**

Roswita & Ernst Schlesselmann
Tel. 0431 / 788937
E-Mail: familie.schlesselmann@dksv.de
www.klinefelter.de

➤ Dystonie

Jeden 2. Mittwoch im ungeraden Monat, 16 Uhr
Haus der Familie (KIBIS), Wrangelstr. 18, 24939 Flensburg
Der Raum befindet sich in der unteren Etage und ist auch
für Rollstuhlfahrer geeignet.
Karl-Heinz Petersen, Tel. 04637/ 9636861
E-Mail: karl-heinz.petersen@rg.dystonie.de
oder über KIBIS 04841/ 800777

➤ Essstörungen**Waagemutige**

Jeden 2. Mittwoch im Monat um 19.30 Uhr
die Brücke e.V., Strandstr. 4G, 25938 Wyk auf Föhr
Hannelore Roth, Tel. 04681 / 501047

➤ Fatigue Sportgruppe**„Fitness trotz Fatigue“**

Dienstags 16 - 16.45 Uhr
Fit bi Dirk un Dirk, Langenhorn, An der B5 6d
Susanne Ebeling, Tel. 04672 / 7763007
E-Mail: info@fitbidirkundirk.de

➤ Frauen**Hilfetelefon**

Bei Gewalt gegen Frauen
In 17 Sprachen + Gebärdendolmetscher über PC
Tel. 080000 116016, kostenfrei und anonym

Lebensspuren- Gesprächskreis für Frauen 60+ Bredstedt

Jeden 1. Montag im Monat, 15 - 17 Uhr
Tonderntreff Bredstedt
Gudrun Andresen, Tel. 04671 / 600730

JUMP Husum/Frühstückstreff für junge Mütter und schwangere Frauen

Montags 9.30 - 11.30 Uhr
Familienbildungsstätte Husum, Woldsenstr. 47
Melanie Lorenzen Tel. 0151 / 65411109

Lesben unterwegs - Freizeitgruppe für lesbische Frauen

Jeden 3. Sonntag im Monat in Husum, 11.15 Uhr
am Bahnhof, weitere Infos und Kontakt: 04841 / 776886

Treffen für Trans-Menschen

Regelmäßige Treffen in Heide
Kontakt und Treffen bitte erfragen
E-Mail: trans-sh@web.de

FASD – Fetale Alkohol-Spektrumstörungen**Selbsthilfegruppen FASD Deutschland**

Tel. 0157 / 50638281
E-Mail: fasd.sh@t-online.de

DAISI- Alkoholfrei in der Schwangerschaft

Sprechzeiten: Mo - Do 9 - 12 Uhr, Fr 12 - 13 Uhr
Frauen Sucht Gesundheit, Holtenauer Str. 127, 24118 Kiel
Tel. 0431/ 61549
E-Mail: info@fsg-sh.de

➤ Freizeitgruppe

Termine und Uhrzeit bitte erfragen
KIBIS NF, Tel. 04841 / 800777
E-Mail: info@kibis-nf.de

Seniorengruppe Föhr „Nirosta“

Dienstagsnachmittags 14 Uhr
Brücke e.V., Strandstraße 4G, 25938 Wyk auf Föhr
Rosi Petersen, Tel. 04681 / 3490

➤ Inklusionssport**Inklusionssportgruppe Breklum**

Montags 16.15 - 17.15 Uhr in der kleinen Turnhalle
Anmeldung über AWO in Bredstedt, Tel. 04671 / 913024
oder NFE in Breklum, Tel. 04671 / 92720.

➤ Kinder und Jugendliche**ADHS Regionalgruppe Südtondern**

ADHS-Gesprächsgruppe
Jeden 2. Montag im Monat
Familienbildungsstätte Niebüll, Uhlebüllers Landstraße 22
25899 Niebüll
Anmeldung: E-Mail: adhs-selbsthilfe-suedtondern@gmx.de

Kreuz und Queer

Jugendgruppe für lesbische, schwule, bisexuelle, trans, inter
und queere junge Erwachsene in Nordfriesland
Tel. 0451 / 7075588
E-Mail: kreuzundqueerNF@lambada-nord.de
www.nasowas.org

Legasthenie und Dyskalkulie - Ortsgruppe St. Peter-Ording/ Eiderstedt

Treffen bitte erfragen
Nina Rother, Tel. 04863 / 9589599
E-Mail: info@lernwelt-rother.de

Gruppe für Eltern von Mobbing betroffenen Kindern und Jugendlichen

Kontakte und Treffpunkte bitte erfragen
KIBIS NF, Tel. 04841 / 800777
E-Mail: info@kibis-nf.de

Projekt „Durchbruch“

Begleitung und Unterstützung von Jugendlichen und jungen Menschen mit sozialen, kulturellen und seelischen Handicaps, insbesondere auch Suchtprobleme.
Adolf-Brütt-Str. 21, 25813 Husum
Land in Sicht, Tel. 04841 / 662146
E-Mail: LiSeV@t-online.de

➤ Kontaktnetz in der Coronazeit

Kontakt über KIBIS, Tel. 04841 / 800777
E-Mail: info@kibis-nf.de

➤ Krebs**Deutsches Krebsforschungszentrum**

Krebsinformationsdienst, persönliche Beratung
täglich, 8 - 20 Uhr, Tel. 0800 / 4203040
E-Mail: krebsinformationsdienst@dkfz.de
Weitere Informationen unter
www.krebsinformationsdienst.de

Krebsberatungsstelle Husum

Mittwochs, 15 - 17 Uhr und nach telefonischer Vereinbarung
Manfred Gaspar M.A. Psychoonkologe
Klinik Husum, Erichsenweg 16
Tel. 04841 / 6601570
E-Mail: beratung-husum@krebsgesellschaft-sh.de

Sportgruppe „Frauen nach Brustkrebs“

Zeiten und Termine bitte erfragen
Trainerin: Susanne Ebeling
Fit bi Dirk un Dirk, Langenhorn, An der B5 6d
Tel. 04672 / 7763007
E-Mail: info@fitbidirkundirk.de

Krebsberatungsstelle Heide

Freitags, 15 - 16.30 Uhr und nach Vereinbarung
Tel. 0481 / 785-1110
E-Mail: beratung.heide@krebsgesellschaft-sh.de

Krebsgruppe Insel Föhr

Jeden letzten Mittwoch im Monat, 18 Uhr
Yoga montags 17.45 Uhr
Brückezentrum, Strandstraße 4g, Föhr
Regina Grünthaler, Tel. 04681 / 3208

SHG Eierstockkrebs

Jeden 1. Mittwoch im Monat, 16.30 Uhr
Bildungszentrum im Städtischen Krankenhaus Kiel
Hasseldieksdammer Weg 30
Andrea Krull, Tel. 0172 / 4303542
E-Mail: akrulli@icloud.com

„Jetzt oder Nie!“

Chor für (krebs- und schwer-) kranke Menschen, deren Angehörige und Unterstützer
donnerstags, 19 Uhr
Musikschule Neumünster, Haart 32
Andrea Krull Tel. 0432 / 952221

Selbsthilfegruppe für Frauen mit gynäkologischen Krebserkrankungen

Jeweils am ersten Montag im Monat, 19 Uhr
„De Ole Peerstall“, Klinikum Nordfriesland gGmbH

Klinikum Husum, Erichsenweg 16, 25813 Husum
Claudia Hansen, Tel. 04841/740129

Leben mit Krebs! Hilfe u. Selbsthilfe im DRK

Mo - Fr, 8 - 12 Uhr
DRK-Kreisverband NF, Industriestr. 9, Husum
freitags Wassergymnastik im TSBW nach Absprache
Kontakt und Beratung DRK-Kreisverband NF
Vera Oelerking, Tel. 04841 / 9668-15, Fax 04841 / 9668-22
E-Mail: vera.oelerking@drk-nordfriesland.de

Leben mit Krebs! Hilfe u. Selbsthilfe im DRK

Mo - Fr, 9 - 12 Uhr
Kontakt und Beratung Niebüll Karin Tornquist
Tel. 04661 / 1041 + 8588, Fax 04661 / 1424
E-Mail: karin.tornquist@drk-nordfriesland.de

Gesprächsgruppe „Leben mit Krebs“

Treffen: 2 x im Monat, montags, 15 - 17.30 Uhr
DRK-Sozialstation Gotteskoogstr. 3 oder in der
DRK-Bereitschaft im Kornkoog 2b, 25899 Niebüll
Datum u. Treffpunkt bitte erfragen
Aqua-Fitness in Leck nach Absprache
Tel. 04661 / 1041 + 8588, Fax 04661 / 1424
E-Mail: karin.tornquist@drk-nordfriesland.de

Prostatakrebs Selbsthilfegruppe Husum

Jeden 2. Donnerstag im Monat, 19.30 Uhr
Albert-Schweitzer-Haus, Husum-Rödemis, Kirchenweg 2
Dieter Hoh, Tel. 04841 / 772980
E-Mail: shg-pca-husum@web.de

➤ **Lichen sclerosus**

Lichen sclerosus Deutschland e.V.

Große Brunnenstr. 120a, 22763 Hamburg
E-Mail: kontakt@lichensclerosus-deutschland.de
www.lichensclerosus-deutschland.de

➤ **Männer**

Treffen für Trans-Menschen

Regelmäßige Treffen in Heide
Näheres bitte erfragen unter E-Mail: trans-sh@web.de

„Väteraufbruch für Kinder“ e. V. - Kreisgruppe Kiel

Jeden 1. + 3. Donnerstag im Monat, 19 Uhr
Gruppenraum II, „Die Pumpe“ e. V., Haßstr. 22, 24103 Kiel
Karl-Heinz Eckert Tel. 0431 / 6687756
E-Mail: eckertkiel@web.de

➤ **MCS – Multiple Chemical Sensitivity und EHS - Elektro- Hypersensitivität**

Beratungsangebot Umwelterkrankungen

Sigrid Saxen, Tel. / Fax 04841 / 82510
(bitte den Anrufbeantworter nutzen)

➤ **Migration**

... ein offenes Haus für Frauen mit + ohne Kinder

Donnerstags, 15 - 17 Uhr
Mehrgenerationenhaus Husum, Woldsenstraße 43-47
Nicht in den Schulferien! Keine Anmeldung nötig!
Tel. 04841 7 2153

Cafe International Husum

Jeden 1. + 3. Donnerstag im Monat, 15 Uhr
Familienbildungsstätte Husum, Woldsenstraße 43-47
Fachstelle Migration im Diakonischen Werk Husum
Tel. 04841 / 8038477

Cafe International Friedrichstadt

Sonntags, 16 - 19 Uhr
Gemeindehaus Am Mittelburgwall
Tel. 04881 / 937686

➤ **Muskelerkrankte**

Deutsche Gesellschaft für Muskelkranke

Anke Hansen, Tel. 04843 / 490
E-Mail: hansen_anke@web.de

➤ **Multiple Sklerose**

Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft e.V. - Zweigstelle Nordfriesland

Monatliche Treffen, Termine bitte erfragen
Jürgen Hansen, Tel. 04841 / 1553

MS Stammtisch Husum

Stammtisch jeden 3. Donnerstag im Monat, 19 - 21 Uhr
„De Ole Peerstall“, Husum, Klinik Husum
Benjamin Grunwald
Tel. 04841 / 9372373 o. 0151 / 68126100
E-Mail: bgrundwald113@gmail.com

Selbsthilfegruppe Westerland

Jeden letzten Freitag im Monat, 18 Uhr
Kirchenzentrum Westerland, Kirchenweg
Sybille Seidel, Tel. 04651 / 22226

MS Sylt

Jeden 1. Montag im Monat
Gemeinschaftsraum der Lebenshilfe, Bastianstr. 22a
Silke Wronna, Tel. 0173 / 4223013

➤ Morbus Bechterew

**Deutsche Vereinigung Morbus Bechterew
LV-Schleswig-Holstein e.V.**

Gruppe Husum

Kirsten Clausen, Tel. 04841 / 773183

Gruppe Garding

Herbert Stehen, Tel. 04863 / 5128

➤ Mukoviszidose**Regionalgruppe Amrum des Mukoviszidose e.V.**

Jeden 2. Mittwoch im Monat, 20 Uhr
Haus Sturmvogel, Tidenweg, 25946 Wittdün/Amrum
Uwe Köller, Tel. 04682 / 961790
E-Mail: cf-amrum@gmx.de, www.muko-amrum.de

➤ Parkinson**Selbsthilfegruppe Husum**

Bewegen – Erzählen – Singen
jeden 2. und 4. Montag im Monat, 15.30 Uhr
FBS, Woldsenstraße 47
Johannes Mommens, Tel. 04863 / 9508342
E-Mail: parkinson.regionalgruppe.husum@gmx.de
www.herr-parkinson-hat-frei.de

Regionalgruppe Südtondern

Ursel Steffens, Tel. 04661 / 4300

Treffen Leck: montags, 9 - 10 Uhr

DRK Haus, Bahnhofstr. 28

Treffen Föhr: am 3. Freitag im Monat, 11 - 13 Uhr

Haus Schöneberg, Wyk, Boldixumerstr. 32 b

Treffen Sylt: dienstags, 10 - 11 Uhr

Sylter Werkstätten, Zum Fliegerhorst 33

Treffen Niebüll: Tanztherapie jeden 1. Montag im Monat
10.30 - 11.30 Uhr

Tanzstudio Stürmer, Robert-Bosch-Str.1

➤ Posttraumatische Belastungsstörung**Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS)**

Dajana Wischnewsky, Tel. 0171 / 3022703

E-Mail: PTBS-SHG-Einsatzkraefte@t-online.de

➤ Pädophilie

Psychologisches Beratungszentrum Diakonisches Werk
Husum, Tel. 04841 / 691440

E-Mail: pbz@dw-husum.de

Projekt „Kein Täter werden“, Tel. 0431 / 50098609

Praxis für Sexualmedizin, Tel. 0431 / 57086740

E-Mail: bosinki@sexualmedizin-kiel.de

➤ Psychiatrische Erkrankungen**Sozialpsychiatrischer Dienst des Fachdienstes für
Gesundheit**

Tel. 04841 / 67734

Psychoseseminar

Jeden letzten Dienstag im Monat

Gemeindehaus der Bredstedter Kirche

Voranmeldungen bitte im Treffpunktcafé der Husumer Insel
werktags, 12 - 18 Uhr

Tel. 04841 / 661930

www.psychoseseminar-nf.de

➤ Reha-Gruppe für Orthopädie beim TSV Husum 1875

Dienstags, 18.30 bis 19.30 Uhr

Vereinsheim TSV

Tel. 04841 / 61444

E-Mail: info@tsvhusum.de

➤ Rheuma

**Aktuelle Infos zu zu den Ortsgruppen, Rheuma-Liga
Schleswig-Holstein e.V. unter www.rlsh.de**

➤ Sarkoidose**Sarkoidose Selbsthilfe Schleswig- Holstein e.V.**

Treffen bitte erfragen

Katja Schillhorn, Tel. 04329 / 913878

E-Mail info@sarkoidose-sh.de

**Sarkoidose-Netzwerk e.V. Regionalgruppe Schleswig-
Holstein**

Anmeldung/Nachfrage vor dem Treffen unbedingt

erforderlich! Treffen: jeden 2. Monat samstags 14 - 17 Uhr

Christa Kaiser, Tel. 04329 / 913878

E-Mail: sh@sarkoidose-netzwerk.de

www.sarkoidose-netzwerk.de

➤ **Schilddrüse**

Schilddrüsenliga Deutschland e.V.
Tel. 0228 / 3869060
www.schilddruesenliga.de

➤ **Schlaganfall**

Selbsthilfegruppe Husum
Jeden 2. Dienstag im Monat, 15 - 17 Uhr
Ev. Freikirche Gemeindesaal - EG – barrierefrei
Volquart-Pauls-Straße 1, 25813 Husum
Karin Volz, Tel. 04841 / 9396030
E-Mail: schlaganfall-shg.husum@web.de

Selbsthilfegruppe St. Peter-Ording
Donnerstags, 15 Uhr
ab Jan. - Ende Okt. im Jugenddorf St. Peter oder im
Golfclub (wetterabhängig)
Frau Kalla, Tel. 04863 / 8291
Herr Schulz, Tel. 04863 / 3545

➤ **Schlafapnoe Husum e.V.**

Selbsthilfegruppe Husum
Termine: siehe Internet
Günter Klose, Tel. 04841 / 6969707
E-Mail: g.klose.husum@web.de
www.schlafapnoe-nf.de

➤ **Sehbehinderung**

Selbsthilfegruppe Sehbehinderte
Jeden 1. und 3. Freitag im Monat, 14.30 Uhr
Mehrgenerationenhaus Husum
Näheres bitte telefonisch erfragen.
Herr Busch, Tel. 04841 / 9375254

➤ **Skoliose**

Renate Petersen, Tel. 0151 / 14372566

Sucht

➤ **Anonyme Alkoholiker**
www.anonyme-alkoholiker.de

Kontaktstelle der Anonymen Alkoholiker
Info-Kontakt-Telefon mit Bandansage
Tel. 0461 / 582626

Krankenhaus- Meetings – AA informiert –
Sonntags, 9.30 Uhr, 8 - 15 Uhr
Fachkrankenhaus, Gammeltoft, Riddorf
Jan, Tel. 04842 / 8314

AA Husum/Friedenskirche, Schobüller Straße 10
Mittwochs, 20 Uhr
Hermann, Tel. 04846 / 63880,
Hans-Hermann, Tel. 04845 / 790289
Elke, Tel. 04841 / 662135

AA Flensbug St. Jürgen
Montags und dienstags, 19 Uhr
Gemeindehaus, Jürgensgaarder Str. 1
Tel. 0461 / 582626

AA Flensburg Gemeindehaus St. Gertrud
Donnerstags 19 Uhr und samstags 15.30 Uhr
Gemeindehaus St. Gertrud, Marienhölungsweg 51
Tel. 0461 / 582626

AA Flensburg-Weiche
Freitags, 19 Uhr, Gemeindezentrum,
An der Friedenskirche 20, Flensburg-Weiche
Manfred Tel. 0461 / 28196

AA Flensburg-Mürwik
Dienstags, 19 Uhr, Gemeindehaus der Christus-Kirche,
Fördestraße 4, 24944 Flensburg
Tel. 0461 / 582626

AA Leck
Sonntags, 9 Uhr, Haus des Dänischen Vereins,
Probst-Nissen-Weg 55
Dieter, Tel. 0 46 62 / 70 781
Gabriele, Tel. 04672 / 808

AA Niebüll
Mittwochs, 20 Uhr, Klinik Gather-Landstr. 75
Hans-Peter, Tel. 04663 / 1572

AA Nordstrand
Montags, 20 Uhr, jeden 1. Montag im Monat offen
Gemeindehaus Odenbüll 17, Räume Barrierefrei
Jan, Tel. 04842 / 8314
Marten, Tel. 04842 / 1326

AA St. Peter-Ording
Donnerstags, 20 Uhr
Olsdorfer Straße 19, 25826 St. Peter-Ording
Ingrid, Tel. 04863 / 3902
Fritz, Tel. 04863 / 3112

AA Viöl

Freitags, 20 Uhr
Gemeindehaus, Markt 1, Viöl
Karl, Tel. 04841 / 2912

AA Westerland

Montags, 20 Uhr, jeden 1. Montag im Monat offen
Kirchenweg 37, 25980 Westerland, Clubraum
Tel. 04651 / 8222020

➤ **Al- ANON Familiengruppen (für Angehörige und Freunde von Alkoholikern) www.al-anon.de**

Al-Anon Familiengruppen

Mo + Do, 9 - 17 Uhr, Fr, 9 - 15 Uhr
Zentrales Dienstbüro, Kontakt: 0201 / 773007

Flensburg-Weiche / Gemeindezentrum

Freitags, 19 Uhr
An der Friedenskirche 20
Anneliese, Tel. 0461 / 2 81 96

Husum/Friedenskirche

Mittwochs, 20 Uhr
Schobüller Straße 10
Sylvia, Tel. 04627 / 210

Leck/Haus des dänischen Vereins

Donnerstags, 19.30 Uhr
Propst-Nissenweg 55
Margritt, Tel. 04662 / 8993111

Niebüll/Klinikum Nordfriesland, Gather Landstr. 75

Mittwochs, 20 - 22 Uhr
Inge, Tel. 04663 / 1572

Nordstrand, Nommensenhaus Odenbüll

Montags, 20 Uhr

St. Peter-Ording/Gemeindehaus, Olsdorfer Straße 19

Donnerstags, 20 - 21.30 Uhr
Jens-Uwe, Tel. 04863 / 3902

Telefonkontakte AL-ANON

Tönning: Heidi, Tel. 04841 / 7799627

Angehörige aufgewachsen in alkoholkranker Familien

Mittwochs, 20 - 22 Uhr
Friedenskirche, Schobüller Straße 10, 25813 Husum
Sylvia, Tel. 04627 / 210

➤ **B. und A. Risum-Lindholm / psychosomatisch**

Montags, 20 Uhr

Pastorat Lindholm, Dorfstr. 225
Hanna, Tel. 04661 / 4473

➤ **Freundeskreise für Suchtkranke und Angehörige**

www.freundeskreise-sucht-sh.de

Freundeskreis Braderup

Donnerstags, 20 Uhr
Pastorat Braderup
Johannes, Tel. 04661 / 3459
E-Mail: ut.kremperhuus@gmx.de

Freundeskreis Husum

Freitags, 20 Uhr
Bonhoeffer-Gemeindehaus,
Bonhoefferweg 1 / Ecke Schleswiger Chaussee
Michael, Tel. 04841 / 9056069
E-Mail: michaelerdt@online.de

Freundeskreis Insel Föhr

Donnerstags, 19 Uhr
Bernhard Fuhrken, Tel. 04681 / 7464968

Freundeskreis Niebüll

Dienstags, 19.30 Uhr
Lorenz-Jannsen-Str. 2, KiMs Café
Brunhilde, Tel. 04664 / 309
E-Mail: freundeskreistreiff.niebuell@gmail.com

Freundeskreis Fortuna-Struckum

Montags, 19.30 Uhr, Gemeindehaus, Osterweg 3
Sylke, Tel. 0152 / 07845066
E-Mail: s.pietsch73@web.de

Freundeskreis Tönning

Freitags, 20 Uhr
Gemeindehaus an der Kirche
Kontakt: Wolfgang, Tel. 04863 / 4404

Freundeskreis Sylt

Mittwochs, 20 Uhr, Gemeindehaus Westerland
Kirchenstr. 37, 1. Stock / Clubraum
Peter, Tel. 04651 / 32853
E-Mail: peter-sylt@freenet.de

➤ **Guttempler-Gemeinschaften www.guttempler.de**

„Aktiv ohne Suchtmittel, Schwerpunkt: Alkohol“ „Alkohol- und Suchtmittelfrei - Lebensstil mit Zukunft“

„Friedensheim“

Freitags, 20 Uhr

Guttemplerhaus, Risum- Lindholm, Laamstich 2a
Jürgen Kock, Tel. 04672 / 994
E-Mail: juergen.kock@guttempler-sh.de

„Frisia“

Dienstags, 18.30 Uhr
Guttempler-Haus, Borigwai 10, 25980 Sylt / OT Tinnum
Jürgen Wolfram Tel. 04651 / 446309

„Klaarkiming“

Montags, 19.30 Uhr
Guttemplerhaus, Mittelstraße 24, 25938 Wyk auf Föhr
Hans Kroll, Tel.04681 / 8658

„Hermann Tast“

Mittwochs, 20 Uhr, Beratung ab 19 Uhr
Mildstedt, Zu den Tannen 2
Marie Luise Zöhrens, Tel, 04846 / 6018333
E-Mail: hermann-tast@guttempler-sh.de

„Magnus Voss“

Jeden 1. und 3. Sa. im Monat, 14 Uhr
Mildstedt, Zu den Tannen 2
Angelika Hartmann, Tel. 04841 / 62815

➤ Weitere Suchtgruppen

Adaption Husum

Angeleitete Suchtgruppe
Dienstags, 19 Uhr
Neustadt 99, 25813 Husum, Diako NF
Kirsten Karberg, Tel. 04841 / 66386810
E-Mail: adaption.husum@diako.de

Cannabis Sprechstunde Husum

Angebot in Bereich Sucht
Dienstags, 15.30 - 17 Uhr
Diakonisches Werk Husum,
Theodor-Storm-Straße 7, Husum
Keine Voranmeldung erforderlich

Cannabis Sprechstunde Niebüll

Angebot im Bereich Sucht
Montags und dienstags – Termine nach Vereinbarung
Diakonisches Werk Südtondern- BBZ Niebüll
Westerlandstr. 3
Tel. 04661 / 96590

„Clowns und Helden“

Selbsthilfegruppe für Menschen mit Suchtproblemen
Montags, 19 - 20.30 Uhr
im Beratungs- und Behandlungszentrum für Suchtkranke

Theodor-Storm-Straße 7 (Erdgeschoss), 25813 Husum
Jens Kiesbye, Tel. 04841 / 691420
E-Mail: kiesbye@dw-husum.de

Gesprächskreis Deichgraf für Alkoholgefährdete u. Angehörige

Dienstags, 19.30 Uhr
Friedenskirche Husum
Ulrich Klier, Tel. 04841 / 2195

Glücksspiel- u. Mediensuchtselbsthilfegruppe

Dienstags, 19.30 Uhr
Fachkliniken Nordfriesland,
Gammeltoft 8-15, 25821 Riddorf
Michael Immelmann, Tel. 04671 / 4084330

Geleitete Online-Selbsthilfegruppe „Glückspielsucht“

Über die Onlineplattform „jitsi Meet“
donnerstags, 19 - 20.30 Uhr
Sie erhalten nach Anmeldung die Zugangsdaten für die Teilnahme.
Tel. 04661 / 96590
E-Mail: bbz-niebuell@dw-suedtondern.de

Glückspielsucht

Suchthilfezentrum Schleswig- Fachstelle Glückspielsucht
Tel. 04621 / 48610
E-Mail: info.sl@diako.de, www.diako-nf.de

Mediennutzung und -abhängigkeit

Suchthilfezentrum Schleswig
Mediennutzung und -abhängigkeit
Angela Dronia, Tel. 04621 / 48610
E-Mail: angela.dronia@diako.de, www.diako-nf.de

Primary Purpose Group of Co-Dependents Anonymous in Deutschland – Coabhängigkeit

Kontakte und Informationen unter www.ppgcoda.de

Rüm hart – klar kiming

Dienstags, 18.30 Uhr
Eckhus, Neustadt/Ecke Schloßstr. 2, 25813 Husum
Zugang zur Gruppe nur nach Anmeldung möglich
Suchtselbsthilfegruppe für Frauen + angehörige Frauen
Sabine, Tel. 0176 - 21444146
E-Mail: ruemhart.klaarkiming.husum@gmail.com
www.ruemhart-klaarkiming-husum.mozello.de

Selbsthilfegruppe für Angehörige von Suchtkranken

Dienstags, 19 - 20.30 Uhr
im Diakonischen Werk Husum, Theodor-Storm-Straße 7
Rainer Lischeski, Tel. 04841 / 691420

Selbsthilfegruppe „Leuchtturm“

Freitags, 19 - 21 Uhr

Diako NF in Breklum-Riddorf (Gebäude 4)

Hauke Berkenkamp, Tel. 04671 / 927792

Soldatenselbsthilfe gegen Sucht e.V.

Beratung, Begleitung und Betreuung im Schwerpunkt bei Alkoholproblemen sowohl für die Betroffenen als auch Angehörigen, Vorgesetzten und Kameraden.

Ansprechpartner im Wehrbereich Nord:

Holger Weßling, Tel. 0170 / 7758825

www.soldatenselbsthilfe-sucht-bundeswehr.de

Treffpunkt für Suchtkranke und Angehörige Niebüll

Dienstags, 19.30 Uhr

Beratungs- und Behandlungs-Zentrum

Brunhilde, Tel. 04664 / 309

➤ Stotterer**Selbsthilfegruppe Schleswig-Flensburg**

Jeden 3. Donnerstag im Monat, 19 - 21 Uhr

KIBIS Schleswig, Lollfuß 48, 24837 Schleswig

Hintereingang, Raum 3 oder Café

Fiede Krause, Tel. 04632 / 876340

E-Mail: fiedekrause@t-online.de

➤ Telefonseelsorge

Ev. Tel. 0800 / 1110111, kostenfrei

Kath. Tel. 0800 / 1110222, kostenfrei

➤ Tinnitus**Ambulante Tinnitus- und Hörberatung des DSB - Schwerhörigkeit und Ertaubung**

Karin Pfeiffer, Tel. + Fax 0461 / 27610

E-Mail: pfeiffer-flensburg@t-online.de

Tod / Trauer**➤ Hospiz****Ambulanter Hospiz-Dienst Husum und Umgebung e.V.**

Dienstag, 10 - 12 Uhr, Donnerstag 15 - 17 Uhr

Süderstraße 10, 25813 Husum

Tel. 04841 / 7767450

Koordination: Kerstin Hansen-Ruppenthal

Peter Knöfler, Karina Hagedorn

In dringenden Fällen:

E-Mail: info@hospizdienst-husum.de

www.hospizdienst-husum.de

Hospizdienst Eiderstedt

Sprechstunde Garding: donnerstags, 14.30 - 16.30 Uhr

im Martje Flohrs Haus, Norderring 15

Sprechstunde St. Peter-Ording: jeden 1. und

3. Mittwoch im Monat, 10 - 12 Uhr

Marktkaffee im Gemeindehaus

Sprechstunde Tönning: montags, 10 - 12 Uhr

Paul-Gerhardt-Haus, Eiderstedter Str. 8

Thiemo Lemke, Tel. 0170 / 4523333

E-Mail: t.lemke@diakonie-kropp.de

www.hospizdienst-eiderstedt.de

Hospiz Initiative Föhr-Amrum e.V.

Postanschrift: Bi de Süd 21, 25938 Nieblum auf Föhr

Miriam Meister, Kerrin Mengel, Tel. 0160 / 99740262

E-Mail: hospizinitiative@gmx.de

www.hospiz-initiative-foehr-amrum.de

Hospizdienst Schleswig- Gesprächskreis für Trauernde nach einem Suizid

Erstgespräch vor Gruppenteilnahme notwendig,

alle zwei Wochen dienstags, 19 - 21 Uhr

Tel. 04621 / 991721

E-Mail: hospizdienst.sl@kirche-slfl.de

Sylter Hospizverein e.V. Ambulanter Hospizdienst

Montags, 10 - 12 Uhr u.n. Vereinbarung

Wennigstedter Weg 64, 25980 Sylt/OT Westerland

Vorstand: Bernd Redlin, Tel. 04651 / 299960,

Kordinatorin: Ulrike Körbs, Tel. 04651 / 927684

E-Mail: Sylter-Hospizverein@t-online.de

www.hospizverein-sylt.de

Ambulanter Hospiz-Dienst am Wilhelminen-Hospiz

Westersteig 2, 25899 Niebüll

Heike Matthiesen, Britta Petersen, Tel. 04661 / 6070755

E-Mail: ambulant@wilhelminen-hospiz.de,

www.wilhelminen-hospiz.de

➤ Beratung / Gruppen**Anlaufstelle TRAU Dich am Wilhelminen Hospiz Niebüll****Anlaufstelle für Kinder, Jugendliche, junge Erwachsene****und Familien bei Fragen im Umgang mit Sterben, Tod und****Trauer**

Marktstraße 11 in Niebüll

Mareike Carstensen und Heike Behrens-Schulz

Tel. 04661 / 6070752,
E-Mail: ki-ju@wilhelminen-hospiz.de
www.wilhelminen-hospiz.de

Beratung und Begleitung in der Trauer
Ambulanter Hospizdienst am Wilhelminen-Hospiz
Markt 11, 25899 Niebüll
Tel. 04661 / 6070757
E-Mail: ki-ju@wilhelminen-hospiz.de
www.wilhelminen-hospiz.de

Kindertrauerbegleitung
Ambulanter Hospizdienst Husum
Karina Hagedorn, Tel. 04841 / 7767450

Offene Gruppe für trauernde Angehörige Husum
Telefonische Erstanmeldung erbeten
Walter, Corinna , Tel. 04841 / 7767450
Anmeldung und weitere Informationen:
E-Mail: walhus@gmx.de, www.fbs-husum.de

Offene Gruppe für trauernde Angehörige Föhr
Jeden 4. Montag im Monat
telefonische Erstanmeldung erbeten
Die Brücke e.V, Strandstraße 4G, 25938 Wyk auf Föhr
Karin Feddersen, Tel. 04683 / 9636036
Weitere Informationen unter www.bruecke-foehr.de

Selbsthilfegruppe für verwaiste Eltern „Sternenkinder“
Jeden 1. Freitag im Monat, 19 Uhr
Diana Kowitz über FBS Husum
Tel. 04841 / 2153

Trauerkreis
Anmeldung und weitere Informationen unter
Tel. 04661 / 6070757
E-Mail: ki-ju@wilhelminen-hospiz.de
www.wilhelminen-hospiz.de

Trauergruppe für verwaiste Eltern
Monatliche Treffen, Anmeldung und weitere Informationen
unter Tel. 04661 / 6070757
E-Mail: ki-ju@wilhelminen-hospiz.de
www.wilhelminen-hospiz.de

Kindertrauergruppe Holperstein in Niebüll
Trauergruppe für 9-15jährige
Mareike Carstensen, Tel. 04661 / 6070752
E-Mail: ki-ju@wilhelminen-hospiz.de
www.wilhelminen-hospiz.de

Trauergruppe für Eltern die um die Kleinsten trauern in Niebüll
„Sternenkinder“

Erstgespräch vor Gruppenteilnahme notwendig
jeden 4. Dienstag im Monat, 19 - 21 Uhr
Heike Behrens-Schulz, Tel. 04661 / 6070752
E-Mail: ki-ju@wilhelminen-hospiz.de
www.wilhelminen-hospiz.de

➤ **Treffpunkte**

Café für die Seele in Husum
Jeden ersten Freitag im Monat, 15 - 17 Uhr
Norderstraße 2, Husum
Quartiersentwicklung des Diakonischen Werks Husum
Tel. 04841 / 8292009

Café Sonnenschein
Jeden 1. Dienstag im Monat, 15 - 17 Uhr
Café Zollhaus in Rodenäs
Anmeldung und weitere Informationen:
Tel. 04661 / 6070757
E-Mail: ambulant@wilhelminen-hospiz.de
www.wilhelminen-hospiz.de

Café für Trauernde in Niebüll
Treffen einmal monatlich
Anmeldung und weitere Informationen:
Tel. 04661 / 6070757
E-Mail: ambulant@wilhelminen-hospiz.de
www.wilhelminen-hospiz.de

Café Schmetterling
Jeden 2. Mittwoch im Monat, 15 - 17 Uhr
in den Räumen des Wilhelminen-Hospizes in Niebüll
Anmeldung und weitere Informationen:
Tel. 04661 / 6070757
E-Mail: ambulant@wilhelminen-hospiz.de
www.wilhelminen-hospiz.de

Wandern für Trauernde
Jeden 3. Samstag im Monat, 11 - 14 Uhr
durch den Langenberger Forst
Treffpunkt: Ortsausfahrt Leck gegenüber der
Straßenmeisterei
Tel. 04661 / 6070757
E-Mail: ambulant@wilhelminen-hospiz.de
www.wilhelminen-hospiz.de

Trauercafé Bredstedt
Jeden 1. Sonntag im Monat, 15 - 17 Uhr
TondernTreff, Osterstraße 28, 25821 Bredstedt

Silke Rolfs, Anke Gerlach, Ulla Lautenbach
Tel. 04841 / 7767450

„Café für Trauernde“ Sylt

1 x monatlich donnerstags (siehe Webseite)
Café Kleiner Kuhstall, Südhörn 7c, Sylt/ Tinnum
Ulrike Körbs und M. Mehn Trauerbegleiterinnen
Tel. 04651 / 927684
www.hospizverein-sylt.de

► Umwelterkrankte

Amalgam Selbsthilfegruppe für zahnmaterial- geschädigte und umweltkrankte Menschen

Montag bis Freitag 17 - 19 Uhr
Ingrid Otto, Tel. und Fax 0431 / 541201

Asbestose Selbsthilfegruppe HH und SH

Harald Niemann, Tel. 040 / 35775540
E-Mail: hamburg-schleswig-holstein@asbestkrankungen.de
www.asbestkrankungen.de

Selbsthilfe für Umweltkranke Almdorf

In den ungeraden Monaten der 4. Samstag, 15 - 16.30 Uhr
Cafeteria der Fachkliniken Nordfriesland
Gammeltoft 10-12 in 25821 Riddorf
Dagmar Schenk, Tel. 04671/ 602040

► Vaskulitis

Selbsthilfegruppe Schleswig-Holstein

1 x im Monat samstags um 14 Uhr
Wegen der begrenzten Gruppengröße ist eine Anmeldung
erforderlich!
Landesverband der Rheuma-Liga Schleswig-Holstein e.V.,
Holstenstr. 88-90, 24103 Kiel
Silke Engel, Tel. 0172 / 9122578
E-Mail: vaskulitis@rlsh.de

► Beratung

Ämterlotsin

Hilfe bei Behördengängen
Diakonisches Werk Husum
Tel. 04841 / 2153

Arbeitslosenberatung – Husum

Speicher Husum, Hafenstr. 17, 1. Stock
mittwochs, 10 - 12 Uhr

Berufliche Integration und Begleitung für Menschen mit Behinderung

Integrationsfachdienst-IFD

Husum: Ralf Zimmermann
Tel. 04841 / 81241, Fax: 04841 / 871508
Email: info@ifd-husum.de
www.ifd-husum.de
Niebüll: Enke Jappsen
Tel. 04661 / 902404, Fax: 04661 / 902406
E-Mail: info@ifd-niebuell.de
www.ifd-niebuell.de

Das Aktionsbündnis Schleswig-Holstein - Inklusive Jobs

Kreis Nordfriesland, Marktstraße 6, Husum, Dorothea Krug
Tel. 04841 / 67330, Mobil: 0174 / 3343224
E-Mail: dorothea.krug@nordfriesland.de

Die Brücke e. V./Föhr

Verein zur Unterstützung von Menschen in Not
Strandstraße 4G, 25938 Wyk auf Föhr
Tel. 04681 / 570072

Ehrenamtliche Patientenhilfe Niebüll

Kontakt: Anne Bünger, Tel. 04662 / 4497

Ehrenamtliche Patientenhilfe Husum

Eva Nordmann, Tel. 04841 / 6601401

Ehrenamtskoodinator Amt Viöl

Hauke Kruse, Tel. 04843 / 209049
E-Mail: hauke.kruse@amt-vioel.de

Ehrenamtsinfo Bredstedt

dienstags, 13.30 - 15.30 Uhr
Amtsgebäude Bredstedt, Zimmer 108
Svea Mintken, Tel. 04671 / 91092 27

Familienberater-Sorgentelefon für Landwirte

Tel. 0431 / 55779450 (bitte auf AB sprechen)
E-Mail: sorgentelefon-online@web.de

ForAn – Das Forum Alleinerziehende in Nordfriesland

Anja Wulf, Tel. 04841 / 67-126
 E-Mail: info@forum-alleinerziehende.de
 www.forum-alleinerziehende.de

Praxis ohne Grenzen

In der Praxis werden Patienten ohne ausreichenden Krankenversicherungsschutz von ehrenamtlich tätigen Ärzten kostenfrei untersucht, behandelt und mit Medikamenten versorgt.
 Mittwochs, 15 - 17 Uhr
 Husum, Markt 10 - 12, Einhorn-Passage 1. Stock
 Tel. 04841/ 9056891

Seniorenbeirat Stadt Husum

Jeden 1. Donnerstag im Monat 11 - 12 Uhr
 Rathaus Husum, Zingel 10, Raum 025
 Irene Fröhlich, Tel. 04841 / 62649
 E-Mail: irene.froehlich@gmx.de

Sozialverband Deutschland e.V. – Kreisverband Nordfriesland

Mo - Do 8 - 12 Uhr
 Bitte vorher Termin vereinbaren, um längere Wartezeiten zu vermeiden.
 Kreisgeschäftsstelle, Westerkampweg 21, 25813 Husum
 Tel. 04841 / 4780, Fax 04841 / 62953

Anlaufstelle Streetwork im Eishaus

Montag 15-17 Uhr, Freitag 9-12 Uhr
 Hinter der Neustadt 4, Husum
 Tel. 04841 7 9812740

Unabhängige Beratung für die Pflege und Versorgung zu Hause in Bredstedt

Jeden ersten Montag im Monat 10 Uhr
 TondernTreff, Osterstr. 28, Bredstedt
 Ulrike Petersen, Tel. 04841 / 67731

Unabhängige Beratung für Pflegende und Versorgung zu Hause in Tönning

Jeden 2. Dienstag im Monat 10 - 12 Uhr
 AWO Tönning, Neustraße 20

Vorsorgelotsin in Bredstedt

Jeden ersten Dienstag im Monat 9 - 11 Uhr
 Tonderntreff, Osterstr. 28, Bredstedt
 Sabine Rowedder, über Tonderntreff
 Tel. 04671 / 9432696

Weißer Ring – Hilfe für Kriminalitätsoffer

Außenstelle Nordfriesland Nord
 Uwe Mussack, Tel. 0151 / 55164818
 E-Mail: nordfriesland-nord@mail.weisser-ring.de

Außenstelle Nordfriesland Süd

Ines Dirks, Tel. 04846 / 601301 oder 0151 / 12727327
 E-Mail: nordfriesland-sued@mail.weisser-ring.de

Wohnungslosenberatung

Poggenburgstraße 16, 25813 Husum
 Erk Paulsen, Tel. 04841 / 668045

► Kleider / Möbel / Essen**„Bunte Vielfalt“ Husum**

Mo und Di 9.30 - 16 Uhr, Do 9.30 - 18 Uhr, Fr 9.30 - 13 Uhr
 Hinter der Neustadt 70 - 72, Husum
 Kontakt: Tel. 01525 / 7843988

„Bunte Vielfalt“ Tönning

Mo und Di 9.30 - 14 Uhr, Fr 9.30 - 13 Uhr
 Johann-Adolf-Straße 7-9, Tönning

Spendenkammer des Amtes Mittleres Nordfriesland/ Bredstedt

Spendenannahme dienstags 9 - 12 Uhr, Verkauf dienstags 14 - 18 Uhr und mittwochs von 9 - 12 Uhr und 14 - 18 Uhr
 Bergstraße 9 (Ecke Bahnhofstraße) in Bredstedt
 Kontakt: Barbara Ingwersen, Tel. 0151 / 20101640

Kleiderstube der AWO Bredstedt

Bürgerhaus Bredstedt
 donnerstags von 13.30 bis 18 Uhr

Kleiderkammer Garding

jeden zweiten Mittwoch
 von 14 - 16 Uhr geöffnet
 Markt 26 in Garding
 Kontakt: Carmen Lehmann, Tel. 04861 / 1644

Kleiderkammer Tating

jeden 1. und 3. Montag im Monat
 14 - 15 Uhr
 Düsternbrook Nr. 6 (ehemalige Schule), Tating

Ortsverein Husum DRK-Kleiderkammer

Mo 14 - 17 Uhr (außer 1. Montag im Monat)
 Berliner Straße 58, 25813 Husum
 Tel. 04841 / 4115

3G MöbelMarkt Bredstedt

Mo - Fr 8 - 14 Uhr

Neue Arbeit Nord, Eichweberstr. 2, 25821 Bredstedt

Kontakt: Tel. 04671 / 9430224

Möbel und Mehr Husum

Mo - Do 9.30 - 16 Uhr, Fr 9.30 - 14 Uhr

Hinter der Neustadt 70-72

Tel. 04841 / 9040626

www.moebel-und-mehr-husum.de

Möbel und Mehr / Tönning

Mo und Di 9.30 - 14 Uhr, Fr 9.30 - 13 Uhr

Diakonisches Werk, Johann-Adolf-Str. 7 - 9, 25823 Tönning

Tel. 04861 / 6175730

Suppenküche für Bedürftige, Bahnhoßmission

Mo - Fr 6.30 - 15 Uhr und 19.30 - 22 Uhr

Poggenburgstr. 16, 25813 Husum

Tel. 04841 / 2539

Werkstatt 1 – Möbel Niebüll

Diakonisches Werk Südtondern

Mo. - Fr. 9 - 15 Uhr

Uhlebüllerstraße 1, 25899 Niebüll

Tel. 04661 / 9001090

Werkstatt 36 – Möbel Sylt

Diakonisches Werk Südtondern

Mo - Do 9 - 17 Uhr

Keitumer Landstraße 36, 25980 Sylt/ OT Tinum

Fr 9 - 13 Uhr

Tel. 04651 / 8357381

➤ Tafeln**Bredstedter Tafel**

mittwochs 9 - 10.30 Uhr

Nummer kann ab 8.30 Uhr gezogen werden

Osterstraße 65, ehemals „Bücher Bahnsen“

Ausgabe coronabedingt in der Nikolaikirche

Föhrrer Tafel

Föhrrer Tafel e.V., Am Grünstreifen, 2593 Wyk

Annemarie Linneweber, Tel. 04681 / 5808

E-Mail: foehrer.tafel@online.de

Husumer Tafel

Lebensmittelausgabe mittwochs ab 15 Uhr (nur Schüler und Berufstätige) und freitags ab 10 Uhr

Schobüller Str. 10, Friedenskirche

Tönninger Tafel

Lebensmittelausgabe dienstags und freitags 10 - 12 Uhr

Johann-Adolf-Str. 7 - 9, 25823 Tönning

Sylter Tafel

Ev. Gemeindezentrum

dienstags 10 - 11.30 Uhr

Kirchenweg 37, 25980 Westerland

Dörte Lindner-Schmidt, Tel. 04651 / 201930

Südtondern Tafel

Lebensmittelausgabe dienstags 10.30 - 11.30 Uhr

Anmeldung ab 9.45 Uhr

Niebüll, Osterweg 8 (Feuerwehrgerätehaus)

Leck, Marktstr. (Nebeneingang Rathaus)

Lebensmittelausgabe donnerstags von 10 - 12 Uhr

Anmeldung ab 9.45 Uhr

Projekt „Rotkäppchen“-Mildstedter Quartiersprojekt

Jeden Mittwoch werden Lebensmitteltüten der Tafel

Husum an Senioren oder Mobilitätseingeschränkte verteilt.

Annett Dürkop und Truels Reichardt, Tel. 0172 / 2722371

www.dw.husum.de

➤ Projekte**Alltagshilfen in Friedrichstadt**

Ev. Familienbildungsstätte / MG, Tel. 04841 / 2153

Fahrradwerkstatt Bredstedt

Jeden Mittwoch 14 - 16.30 Uhr in der Fahrradwerkstatt in der Husumer Str. 43, Bredstedt

Martje Petersen, Tel. 0170 / 9335959

Svea Mintken, Tel. 04671 / 9192-154

Fahrradwerkstatt Niebüll

Mi 15 - 17.30 Uhr und Do 9.30 - 12 Uhr

Diakonisches Werk Südtondern

Kleinkoogsweg (Lagerhalle)

Fahrradwerkstatt Leck

Diakonisches Werk Südtondern

Wikingerstraße 44, 25917 Leck

Mo - Fr 14 - 17 Uhr

Axel Werner, Tel. 0152 / 31996637

Freie RadioCooperative -FRC-

Sendezeit: jeden Freitag von 17 - 20 Uhr

UKW 97,6

Stadtfrequenzen Husum: Antenne UKW 98,8

Kabel 107,45

Tel. 04841 / 62284, Fax 04841 / 662705

E-Mail: FRC-Husum@t-online.de

"Kulturtreff Mittendrin" - Osterstraße 53, Bredstedt

Di - Do 14.30 - 17.30 Uhr

Kontakt über das Amt Mittleres Nordfriesland:

Herr Dirk Bölter, Tel. 04671 / 919233

Termine unter www.amnf.de

Küste gegen Plastik

Nordfriesisches Innovations-Center

Schmiedestraße 11, Niebüll

Jennifer Timrott

www.kueste-gegen-plastik.de

www.kuestegegenplastik.jimdo.com

RufBUS- Mittleres Eiderstedt

Infos: www.amt-eiderstedt.de

Tausch Watt NF e.V.

Jeden 1. Montag im Monat 19 Uhr

Mehrgenerationenaus, Woldsenstraße 47, Seminarraum

Helga Scharmer-Martens, Tel. 04841 / 65576

www.fbs-husum.de

Wohnprojekt staTthus

Weitere Informationen unter www.statthus-husum.de

Zeittauschbörse Friedrichstadt

Barbara Ekelöf, Tel. 04881 / 660



KIBIS Gruppenraum

► Aids

Aidsberatung Husum

Kreis Nordfriesland Gesundheitsamt

Das Gesundheitsamt bietet eine anonyme und kostenlose AIDS-Beratung an. Wenn Sie es wünschen können Sie einen ebenfalls anonymen und kostenlosen HIV-Test durchführen lassen.

Jana Hundsdörfer, Angelica Lorenzen

Tel. 04841 / 67711

AIDS-Hilfe Nordfriesland

Katrin Samulowitz, Tel. 0177 / 4787474

E-Mail: ks@aidshilfe-nf.de, www.aidshilfe-nf.de

Aids-Hilfe Westküste e.V.

Beratung: montags 9 - 13 Uhr

mittwochs 15 - 18 Uhr sowie nach Vereinbarung

Süderstr. 19, 25746 Heide

Tel. 0481 / 7676, Fax 0481 / 7980862

E-Mail: info@aidshilfe-westkueste.de

Büro-Verwaltung

montags - mittwochs 15 - 17 Uhr

Kieler Straße 51, 24543 Neumünster

Tel. 04321 / 66866 (AB)

E-Mail: info@aidshilfe-neumuenster.de

www.aidshilfewestkueste.de

► Behinderung und Arbeit

Arbeitsmarktlotse für junge Menschen mit Behinderungen

Torge Holz, Tel. 04841 / 67335

E-Mail: arbeitsmarktlotse@ifd-nordfriesland.de

Berufliche Integration und Begleitung für Menschen mit Behinderung

Integrationsfachdienst-IFD

Husum:

Ralf Zimmermann

Tel. 04841 / 81241, Fax: 04841 / 871508

E-Mail: info@ifd-husum.de, www.ifd-husum.de

Niebüll:

Enke Jappsen

Tel. 04661 / 902404, Fax: 04661 / 902406

E-Mail: info@ifd-niebuell.de, www.ifd-niebuell.de

► Beratungs- und Behandlungszentren

Beratung in Erziehungs- und Lebensfragen, Beratung und Behandlung in der Suchtkrankenhilfe, Suchtprävention

Niebüll

Mo.-Do. 8 - 17 Uhr und Fr. 8 - 13 Uhr
 Tel. 04661 / 9659-0, Fax 04661 / 9659-16
 E-Mail: bbz-niebuell@dw-suedtondern.de
 www.dw-suedtondern.de

Leck

Sprechzeiten nach Vereinbarung
 Tel. 04661 / 9659-0, Fax 04661 / 9659-16
 E-Mail: bbz-niebuell@dw-suedtondern.de
 www.dw-suedtondern.de

Wyk/Föhr

Mi von 15 - 19 Uhr und nach Vereinbarung
 Tel. 04681 / 3693

Sylt

Mo, Mi, Do 9 -13 Uhr, 14 - 17 Uhr
 Di 14 - 17 Uhr, Fr 9 - 13 Uhr und nach Vereinbarung
 Tel. 04651 / 82220-20, Fax 04651 / 82220-28
 E-Mail: bbz-sylt@dw-suedtondern.de
 www.dw-suedtondern.de

Suchtberatungsstelle Amrum und Föhr

Sprechzeiten Amrum - Do nach Vereinbarung
 Sprechzeiten Föhr - nach Vereinbarung
 Strandstraße 4G, 25938 Wyk auf Föhr
 Die Brücke Föhr e.V.
 Dr. Marina Kowalewski, Tel. 04681 / 4611
 E-Mail: suchtberatung@bruecke-foehr.de

► Familie**Evangelische Familienbildungsstätte Husum**

- Mehrgenerationenhaus -
Auskunft - Beratung - Anmeldung
 25813 Husum, Woldsenstraße 45 - 47
 Tel. 04841 / 2153, Fax 04841 / 640587
 E-Mail: buero@fbs-husum.de,
 www.fbs-husum.de

Evangelische Familienbildungsstätte Niebüll der diakonischen Werk Südtondern gGmbH

Friedericke Christiansen
 Tel. 04661 / 2240, Fax 04661 / 675892
 E-Mail: evfbs@foni.net

Elternstarthilfe / Frühe Hilfen

Mo - Fr von 8 - 14 Uhr
 Uhlebüller Str. 76, 25899 Niebüll
 Romy Dobbert, Tel. 04661 / 9001091
 E-Mail: dobbert@leni-gmbh.de, www.leni-gmbh.net

Elternstarthilfe / Frühe Hilfen Inseln Föhr und Amrum

St. Nicolai-Str. 10, 25938 Wyk auf Föhr
 Birte Rochhausen, Tel. 0151 / 46658933
 E-Mail: b.rochhausen@dw-suedtondern.de

Elternstarthilfe / Frühe Hilfen Insel Sylt

Lebenshilfe Sylt, Bastianstr. 22a, 25980 Sylt/Westerland
 Uta Causin-Rück, Tel. 04651 / 929802
 E-Mail: u.causin-rueck@lebenshilfe-sylt.de

EUTB-Beratungsstelle ZSL Nord e.V.

Di 14 - 18 Uhr, Do 14 - 18 Uhr, Fr 10 - 14 Uhr
 oder Termine nach Absprache
 Schulstr. 4, 25813 Husum
 Dirk Everschor, Tel. 04841 / 9377464
 E-Mail: info@zsl-nord.de, www.zsl-nord.de

Familie leben

Sabine Tolkmitt, Thordis Harmsen
 Tel. 04841 / 691447

PFAD - Kreisverband der Pflege- und Adoptivfamilien in Nordfriesland e.V.

Karin Ahrens, Tel. 04841 / 871404
 E-Mail: pfad.nf@epost.de

Pro Familia Husum

Termine nach telefonischer Vereinbarung
 Schlossgang 8, Tel. 04841 / 3671

Pro Familia Niebüll

Offene Sprechstunde einmal im Monat mittwochs
 16-18 Uhr (Quartiershaus in der Lorenz-Jannsen-Str. 11)
 Termine bitte unter der Tel. 04841 / 3671 erfragen.

SELBSTBEWUSST – Alleinerziehend

Das Netzwerk „Selbstbewusst – Allein mit Kind oder Kindern“ Sylt
 Frau Dunker, Gleichstellungsbeauftragte der Gemeinde Sylt
 Tel. 04651 / 851180
 E-Mail: andrea.dunker@gemeinde-sylt.de
 Frau Eileen Jappsen, Familienzentrum Sylt
 Tel. 04651 / 922436
 E-Mail: info@familienzentrum-sylt.de
 www.forum-alleinerziehende.de

► Frauen**Frauenberatungsstelle und Notruf**

Information und Beratung in schwierigen Lebenssituationen
 und bei körperlicher, seelischer und sexueller Gewalt
 Telefon-Sprechzeiten: Mo u Fr 10 - 11 Uhr
 Di u. Do 14 - 15 Uhr

Öffnungszeiten: Mo u. Fr 10 - 12 Uhr
 Di u. Do 10 - 15 Uhr und nach Vereinbarung
 Husum, Norderstraße 22, Tel. 04841 / 62234
Niebüll, Friedrich-Paulsen-Straße 6a
 Telefon-Sprechzeiten: Di 10 - 11 Uhr, Mi 14 - 15 Uhr
 Öffnungszeiten: Mi 10 - 15 Uhr und Mo - Do nach
 Vereinbarung
 Tel. 04661 / 942688

Tönning

Kontakt über die Beratungsstelle Husum
 nur nach Terminvereinbarung
 Tel. 04841 / 62234, Mobil: 0176 / 751333020

Sylt, in der Alten Post, Stephanstr. 6a, 25980 Westerland

nur nach Terminvereinbarung
 Kontakt über die Beratungsstelle Niebüll
 Tel. 04661 / 942688, Mobil: 0176 / 50195044

► **Kinder**

BISS

Kinder- und Jugendforum der Stadt Husum
 Mo - Fr 11 - 18 Uhr
 Norderstr. 15, 25813 Husum
 Tel. 04841 / 800008
 www.biss-husum.de

Kinderschutz-Zentrum Westküste

Hilfe bei körperlicher und seelischer Gewalt, sexuellem
 Missbrauch, Vernachlässigung und bei schwierigen
 Konflikten in der Familie
 Öffnungszeiten- bzw. Sprechzeiten:
 Mo - Do 8 - 17 Uhr, Fr 8 - 13 Uhr
 Tel. 04841 / 691450
 E-Mail: kinderschutz@dw-husum.de

Hochbegabtenförderung e.V.

Bundesberatungsstelle, Am Pappelbusch 45, 44803 Bochum
 Tel. 0234 / 93567-0, Fax 0234 / 93567-25
 E-Mail: hbf@hbf-ev.de
 www.hbf-ev.de

Deutscher Kinderschutzbund Kreisverband Nordfriesland e.V.

Öffnungs- bzw. Sprechzeiten: Mo - Do 9 - 12 Uhr ansonsten
 Anrufbeantworter
 Kontakt: Gregor M. Crone
 Tel. 04841 / 2575, Fax 04841 / 2955
 Email: kinderschutzbund-nordfriesland@t-online.de

Erziehungsberatung Husum

Psychologisches Beratungszentrum Husum
 Sprechzeiten: Mo - Do 8 - 17 Uhr
 Fr 8 - 13 Uhr
 offene Sprechstunde: Mi 14 - 15.30 Uhr
 Theodor-Storm-Str. 7, Tel. 04841 / 691440

Erziehungsberatung Niebüll

Offene Sprechstunde: Fr 10 - 11.30 Uhr
 BBZ Niebüll, Westerlandstraße 3, 25899 Niebüll
 Tel. 04661 / 96590

Erziehungsberatung Sylt

Offene Sprechstunde: Do 14 - 15.30 Uhr
 BBZ Sylt, Kirchenweg 37, 25980 Sylt/ Westerland
 Tel. 04651/8222020

Mädchentreff Husum

Nordbahnhofstr. 46, 25813 Husum
 Tel. 04841 / 75252, Fax 04841 / 800026
 E-Mail: maedchentreff-husum@profamilia.de
 www.husumcitygirlz.de

► **Migration**

Fachstelle Migration

Fachstelle Husum in der Familienbildungstätte

Mo und Mi 13 - 16 Uhr, Di und Do 9 - 13 Uhr
 Woldsenstraße 47, 25813 Husum
 Tel. 04841 / 8038453

Fachstelle für Migration Eiderstedt

Di - Fr 11 - 13 Uhr, Do 14 - 16 Uhr
 Johann-Adolf-Straße 7/9, 25832 Tönning
 Tel. 04861 / 6175712

► **Pflege**

Pflegende Angehörige unterstützen- Hilfe in Sicht

Martina Carstensen, Tel. 0176 / 18388488
 E-Mail: martina.carstensen-hilfeinsicht@web.de

Pflege-Selbsthilfeverband e.V.

Initiative für menschenwürdige Pflege
 Ingrid Brill
 E-Mail: ingrid.brill@ymail.com
 www.pflege-shv.de

Pflege Stützpunkt im Kreis Nordfriesland

Individuelle Einzelberatung für

- alle interessierten Bürgerinnen und Bürger alle, die sich mit dem Älterwerden beschäftigen und das Altern gezielt gestalten möchten
- Angehörige und andere Bezugspersonen
- Pflegebedürftige Menschen aller Altersstufen
- Menschen mit Demenz
- Menschen mit Behinderung
- Betreuerinnen und Betreuer
- Haupt- und ehrenamtlich Tätige aus dem Pflege- und Sozialbereich
- Organisationen und Institutionen im Pflege- und Sozialbereich

Martina Jannsen, nördliches Nordfriesland und Halligen
Ulrike Petersen, mittleres Nordfriesland, Amrum und Föhr
Ramona Frese-Bruhn, südliches Nordfriesland,
Pellworm und Sylt
Tel. 04841 / 67710
E-Mail: pflegestuetzpunkt@nordfriesland.de

Die Arbeit der Selbsthilfekontaktstelle KIBIS im Kreis Nordfriesland wird ermöglicht durch die finanzielle Unterstützung der Gesetzlichen Krankenversicherung (GKV) zur Selbsthilfeförderung in Schleswig-Holstein. KIBIS Nordfriesland hat für das Haushaltsjahr 2021 von den Krankenkassen und ihren Verbänden eine Pauschalförderung in Höhe von 57.000 Euro für gesundheitsbezogene Selbsthilfe im Rahmen der kassenartenübergreifenden Gemeinschaftsförderung nach § 20h SGB V erhalten.

KIBIS wird gefördert aus Mitteln des Landes Schleswig-Holstein vom Ministerium für Soziales, Gesundheit und Verbraucherschutz durch Mittel des Sozialvertrages mit dem Paritätischen Wohlfahrtsverband Schleswig-Holstein e.V., aus Projektmitteln von der DRV Nord und mit Mitteln der Stadt Husum.



Impressum

Herausgeber: KIBIS NF, Poggenburgstraße 10a, 25813 Husum
Tel. 04841/ 800 777
E-mail: info@kibis-nf.de, www.kibis-nf.de

Erscheinungsweise: 1x jährlich

Auflage: 3500 Stück

Träger: Eine Einrichtung der GPS-Gesellschaft für PARITÄTISCHE Soziale Dienste mbH
Amtsgericht Kiel – Registernummer: VR 1882 KI
Geschäftsführung: Michael Saitner

Nachdruck nur mit Genehmigung.

22926 Ahrensburg, Große Straße 28-30
Tel. 04102 / 995594

www.kibis-stormarn.de

23795 Bad Segeberg, Lübecker Straße 14
Tel. 04551 / 3005

www.kis-segeberg.de

24943 Flensburg, Mürwicker Straße 115
Tel. 0461 / 8693518

www.kibis-flensburg.de

25748 Heide, Hamburger Straße 73
Tel. 0481 / 9027901

www.selbsthilfe-dithmarschen.de

25524 Itzehoe, Liliencronstraße 8
Tel. 04821 / 600133

www.kibis-itzehoe.de

24103 Kiel, Königsweg 9 (Hof)
Tel. 0431 / 672727

www.kibis-kiel.de

23562 Lübeck, Kahlhorststraße 35 a
Tel. 0451 / 69339584

www.kiss-luebeck.de

23879 Mölln, Wasserkrüger Weg 7
Tel. 04542 / 9059250

www.kibis-herzogtum-lauenburg.de

21502 Geesthacht, Flottbeker Stieg 1
Tel. 04152 / 9079714

www.kibis-herzogtum-lauenburg.de

24534 Neumünster, Schützenstraße 14-16
Tel. 04321 / 419119

www.selbsthilfe-neumuenster.de

25462 Rellingen, Oberer Ehmschen 53
Tel. 04101 / 5003490

www.selbsthilfe-pinneberg.de

24768 Rendsburg, Ahlmannstraße 2a
Tel. 04331 / 132336

www.kibis-rendsburg.de

24873 Schleswig, Lollfuß 48
Tel. 04621 / 27748

www.kibis-sl.de

24211 Schellhorn, Plöner Landstraße 14
Tel. 04342 / 9033400

www.drkploenerland.de



Selbsthilfeberatung Nordfriesland

Poggenburgstraße 10a · 25813 Husum

Tel.: 04841 / 800777

Web: www.kibis-nf.de

E-Mail: info@kibis-nf.de

Sprechzeiten:

Mo: 10.00 - 13.00 Uhr

Di: 10.00 - 13.00 Uhr

Mi: 14.00 - 17.00 Uhr

und nach Vereinbarung

(außerhalb der Sprechzeiten Anrufbeantworter)

Trägerschaft:

KIBIS befindet sich in
Trägerschaft der
GESELLSCHAFT FÜR
PARITÄTISCHE SOZIALE DIENSTE GPS



Übersicht aller 14 Selbsthilfekontaktstellen
in SH: www.selbsthilfe-sh.info