

67292 Kirchheimbolanden  
Uhlandstr. 2  
Telefon (06352) 710 - 109  
E-Mail: [pressestelle@donnersberg.de](mailto:pressestelle@donnersberg.de)  
Datum: 31.08.2022

## **Selbsthilfegruppen für psychisch kranke Menschen, Menschen in Lebenskrisen oder belastenden Situationen**

Im Donnersbergkreis gibt es dank des Engagements von ehrenamtlichen Gruppenleitungen mehrere Selbsthilfegruppen für psychisch kranke Menschen, Menschen in Lebenskrisen oder belastenden Situationen. Unterstützt werden die Gruppenleitungen vom Gesundheitsamt Donnersbergkreis. Betroffene sollen bei den Treffen die Möglichkeit haben, sich mit Gleichbetroffenen darüber auszutauschen, wie sie sich fühlen, wie sie sich selbst sehen und was sie sich erhoffen.

Hier erhalten Sie eine Übersicht der Angebote:

### **Selbsthilfegruppe in Eisenberg – Gesprächskreis Depression „Reden hilft“**

Die Selbsthilfegruppe setzt sich zum Ziel, über die seelische Erkrankung zu reden und das Vertrauen in sich selbst wieder zu finden. In einem geschützten Raum können Betroffene über ihre Erkrankung, Belastungen und Sorgen sprechen sowie Erfahrungen austauschen. Sie hören zu und geben sich gegenseitig Hilfestellung im alltäglichen Leben.

Leiterin: Vera Bernhard-Kinzer

Telefon: 06351/1465399

E-Mail: [shg-reden@gmx.de](mailto:shg-reden@gmx.de)

Die Gruppe trifft sich 14-tägig in den geraden Wochen dienstags um 19 Uhr im SOS Beratungs- und Familienzentrum, Kerzenheimer Straße 42, Eingang Pestalozzistraße, in Eisenberg.

### **Kontaktgruppe Eisenberg für Menschen mit psychischen Grenzen**

Die Kontaktgruppe setzt sich zum Ziel, gemeinsam Schwierigkeiten zu meistern, Erfahrungen auszutauschen und Freizeit miteinander zu gestalten.

Leiter: Siegfried Schmeiser

Telefon: 06351/8351

E-Mail: [Schmeiser-Eisenberg@t-online.de](mailto:Schmeiser-Eisenberg@t-online.de)

Die Gruppe trifft sich 14-tägig in den ungeraden Wochen am Mittwoch von 14.30 bis 16.30 Uhr im SOS Beratungs- und Familienzentrum, Kerzenheimer Straße 42, Eingang Pestalozzistraße, in Eisenberg.

### **Selbsthilfegruppe Winnweiler zur Bewältigung psychischer und psychiatrischer Belastungen**

Die Selbsthilfegruppe setzt sich zum Ziel, Probleme zu besprechen oder einfach Halt zu geben und eine gemeinsame Zeit zu haben.

Leiterin: Irene Fleckenstein

Telefon: 0152/51766738

E-Mail: [irene.fleckenstein@gmx.de](mailto:irene.fleckenstein@gmx.de)

Die Gruppe trifft sich 14-tägig in den ungeraden Wochen donnerstags von 15.30 bis 17.30 Uhr in den Räumen der protestantischen Kirchengemeinde Winnweiler, Höringer Straße 8 (gegenüber Eingang des Wilhelm-Erb-Gymnasiums).

## **Selbsthilfegruppe Nordpfälzer Land – Rockenhausen, „coaching und vieles mehr...“**

Die Selbsthilfegruppe setzt sich zum Ziel, bei Konflikten zu unterstützen und Lösungen zu suchen, mit Übungen und Anleitungen Stress zu bewältigen.

Leiterin: Silvia Sünder

Telefon: 0160/4499998

Die Gruppe trifft sich 14-tägig mittwochs von 19 bis 21 Uhr im Gesundheitsamt Rockenhausen (Eingang am Parkplatz des Westpfalzkrankenhauses).

## **Selbsthilfegruppe Nordpfälzer Land – Obermoschel, „Perspektive wechseln und sich gegenseitig Mut machen“**

Die Selbsthilfegruppe setzt sich zum Ziel, das Verständnis für die Krankheit zu verbessern und gemeinsam Bewältigungsstrategien zu entwickeln und zu erproben.

Leiterin: Angela Biscotti

Telefon: 06362/9229717

Die Gruppe trifft sich 14-tägig dienstags ab 19 Uhr, protestantische Gemeinde, Kirchenstraße 13, in Obermoschel.

## **Selbsthilfegruppe Kirchheimbolanden zur Alltagsbewältigung**

Die Selbsthilfegruppe setzt sich zum Ziel, bei alltäglichen Problemen und Sorgen zu helfen, Probleme zu besprechen und Lösungen zu finden.

Leiterin: Heidi Toonstra-Schappert

Telefon: 06357/509886

Mobil: 0152/38829829

E-Mail: [heidi@toonstra.de](mailto:heidi@toonstra.de)

Die Gruppe trifft sich 14-tägig in den geraden Wochen donnerstags von 10 bis 12 Uhr im Haus der Familie (Liebfrauenkirche), Liebfrauenstraße 11, in Kirchheimbolanden.

## **Selbsthilfegruppe Göllheim „Freizeitgruppe seelische Gesundheit“**

Die Selbsthilfegruppe setzt sich zum Ziel, Erwachsene mit gesundheitlichen, seelischen oder sozialen Beeinträchtigungen Mut zu machen und gemeinsam die Zeit zu gestalten.

Leiterin: Sylvia Kaiser

Telefon: 06352/7495251

Mobil: 015772063670

Die Gruppe trifft sich 14-tägig mittwochs von 15 bis 17 Uhr im protestantischen Gemeindehaus, Hauptstraße 39, in Göllheim.

Alles, was in den Selbsthilfegruppen besprochen wird, wird vertraulich behandelt. Nichts wird nach außen getragen. Ohne die ehrenamtlichen Gruppenleitungen wären solch bedeutende Einrichtungen nicht möglich. Das Gesundheitsamt Donnersbergkreis bedankt sich ganz herzlich bei allen Engagierten.

## **Sozialpsychiatrischer Dienst der Kreisverwaltung**

Zudem ist der sozialpsychiatrische Dienst während den Öffnungszeiten der Kreisverwaltung Donnersbergkreis zu erreichen:

Oksana Geier

Telefon: 06352/710-415

Zuständig für die Verbandsgemeinde Nordpfälzer Land und Gemeinden der Verbandsgemeinde Winnweiler.

Susanne Frenzl

Telefon 06352/ 710-516

Zuständig für die Verbandsgemeinde Eisenberg, Verbandsgemeinde Göllheim und Gemeinden der Verbandsgemeinde Winnweiler.

Sofie Pawlitza

Telefon: 06352/710-416

Zuständig für die Verbandsgemeinde Kirchheimbolanden und Ortsgemeinde Winnweiler mit ihren Ortsteilen.