

Gewusst, wo - Selbsthilfegruppen in der Metropolregion

In Selbsthilfegruppen treffen sich Menschen, die von der gleichen Krankheit oder Lebenslage betroffen sind, um sich gegenseitig zu unterstützen.

Sie tauschen wertvolle Informationen und Erfahrungen aus. Sie lernen miteinander, ihr eigenes Erleben und ihr eigenes Wissen ernst zu nehmen. Sie gewinnen Zuversicht und meistern ihren Alltag besser.

Selbsthilfegruppen bündeln viele Informationen, sie kennen wichtige Ansprechpartnerinnen und –partner und können als Lotsen weiterhelfen, die nächsten Schritte anzugehen.

In der Metropolregion gibt es zahlreiche Selbsthilfegruppen. Damit Sie wissen, wo es welche Gruppe zu welchem Thema gibt, haben wir diese Übersicht für Sie zusammengestellt. Herzlich danken möchten wir der Metropolregion Rhein-Neckar, die den Druck dieses Faltblattes unterstützt hat.

In insgesamt sieben Selbsthilfekontakt- oder Selbsthilfeunterstützungsstellen erhalten Sie aktuelle Information über Angebote der Selbsthilfe vor Ort. Wir klären mit Ihnen, was Sie selbst tun können. Kompetent beraten wir Sie über erste konkrete Schritte und stellen Kontakte zu Selbsthilfegruppen und Fachleuten her. Und falls es keine Gruppe zu Ihrem Thema gibt, helfen wir Ihnen gerne dabei, eine aufzubauen.

B

Selbsthilfekontaktstelle für den Kreis Bergstraße
Caritasverband Darmstadt
Bensheimer Weg 16, 64646 Heppenheim
Tel. 06252 / 99 01 30
www.selbsthilfe-bergstrasse.de

H

Heidelberger Selbsthilfebüro
Alte Eppelheimer Str. 38, 69115 Heidelberg
Tel. 06221 / 18 42 90
www.selbsthilfe-heidelberg.de

L

KISS Pfalz Selbsthilfetreff Pfalz, Außenstelle
Ludwigshafen, Gesundheitsamt Zimmer 301
Dörrhorststr. 36, 67059 Ludwigshafen
Tel. 0621 / 5 90 97 11
selbsthilfe-lu@kiss-pfalz.de

M

Gesundheitstreffpunkt Mannheim e.V.
Alphornstr. 2a, 68169 Mannheim
Tel. 0621 / 33 9 18 18
www.gesundheitstreffpunkt-mannheim.de

N

Selbsthilfenetzwerk Neckar-Odenwald
an den Neckar-Odenwald-Kliniken gGmbH
Knopfweg 1, 74821 Mosbach
Tel. 06261 / 83 - 23 1
piz.mosbach@neckar-odenwald-kliniken.de

P

KISS Pfalz Selbsthilfetreff Pfalz e.V.
Speyerer Str. 10, 67483 Edesheim
Tel. 06323 / 98 99 24
www.kiss-pfalz.de

V

KISS Viernheim
c/o Amt für Kultur, Bildung und Soziales
Kreuzstr. 2-4, 68519 Viernheim
Tel. 06204 / 98 84 07
horst.stephan@viernheim.de

Legende:

Die Symbole vor dem jeweiligen Thema geben an, wo es eine Gruppe zu diesem Thema gibt. Bei der jeweiligen Selbsthilfe-Kontaktstelle erfahren Sie, wie Sie Kontakt aufnehmen können, wie Sie sich unter verschiedenen Möglichkeiten orientieren können, und Sie werden unterstützt, wenn es zu Ihrem Thema noch keine Gruppe gibt.

- magenta** B Bergstraße
- blau** H Heidelberg und Rhein-Neckar-Kreis
- orange** L Ludwigshafen und Rhein-Pfalz-Kreis
- rot** M Mannheim
- hellgrün** N Neckar-Odenwald-Kreis
- gelb** P Pfalz
- hellblau** V Viernheim

B H L M N P V

	Adipositas / Übergewicht
	Adipositaschirurgie
	Adoptivfamilien
	AD(H)S-Syndrom, Erwachsene
	AIDS / HIV
	Akne inversa
	Al-Anon (Angehörige Alkoholkranker)
	Alkoholabhängigkeit
	Alleinerziehende
	Allergien
	Alte Menschen / Senioren
	Amalgamgeschädigte
	Amputierte
	Amyotrophe Lateralsklerose (ALS)
	Angeborene Immundefekte
	Angehörige Demenzkranker
	Angehörige Depressionskranker
	Angehörige Drogenabhängiger
	Angehörige Essgestörter
	Angehörige psychisch Kranker
	Angehörige Suchtkranker
	Angststörungen / Agoraphobie / Panik
	Anonyme Alkoholiker
	Aphasiker
	Apoplexie
	Arbeitslosigkeit
	Arthrose
	Asexuelle
	Asthma
	Ataxie / Heredo-Ataxie
	Atemstillstand
	Autismus, Erwachsene
	Barrierefreiheit
	Bauchspeicheldrüsenerkrankte
	Behinderung
	Beziehungsabhängigkeit

B H L M N P V

	Binationale Familien
	Bipolare Erkrankung
	Blindheit / Sehbehinderung
	Bluthochdruck
	Borderline
	Borderline, Angehörige
	Borna-Virus
	Borreliose
	Brustkrebs
	Brustkrebs bei Männern
	Bulimie
	Burnout
	Cannabis als Medizin
	Cerebral- / Hirngeschädigte
	Chemikalien-, Schwermetall-, Umweltgiftgeschädigte
	Cluster-Kopfschmerz
	Cochlear Implant
	Codependents Anonymous
	Colitis ulcerosa
	Colostomie
	Contergan-Geschädigte
	Darmkrebs
	Defibrillator
	Depressionen
	Desmoid
	Diabetes
	Dialyse-Patienten
	Drogenabhängigkeit
	Dystonische Erkrankungen
	Ehemalige aus 12-Schritte-Kliniken
	Ehemalige Heiligenfeld-Patienten
	Eltern AIDS-kranker Kinder
	Eltern anfallskranker Kinder
	Eltern autistischer/mutistischer Kinder
	Eltern diabetischer Kinder

B H L M N P V

	Eltern drogenabhängiger Kinder
	Eltern entwicklungsverzögerter/ behinderter Kinder
	Eltern herzkranker Kinder
	Eltern / Angehörige Homosexueller
	Eltern hyperaktiver/hyperkinetischer Kinder
	Eltern, interkulturell
	Eltern krebskranker Kinder
	Eltern neurologisch kranker Kinder
	Eltern nierenkranker Kinder
	Eltern rechenschwacher Kinder
	Eltern rechtsradikaler Jugendlicher
	Eltern von frühgeborenen Kindern
	Eltern von Kindern mit AD(H)S
	Eltern von Kindern mit Allergien
	Eltern von Kindern mit Down-Syndrom
	Eltern von Kindern mit Hydrocephalus und Spina bifida
	Eltern von Kindern mit Pankreatitis
	Emotions Anonymous
	Endometriose
	Epilepsie / Anfallskranke
	Erschöpfungssyndrom (CFS)
	Erwachsene Kinder suchtkranker Eltern
	Esssucht
	Familienrecht (Sorge, Umgang, Unterhalt)
	Fibromyalgie
	Frauengruppen
	Frauen, HIV-positiv
	Frauen mit Missbrauchserfahrung
	Frauen und Sucht
	Frauen, selbstständige
	Gehörlosigkeit
	Geh- und Gefäßkrankheiten

B	H	L	M	N	P	V	
■	■		■	■		■	Geistige Behinderung
			■				Gesichtsschmerz
■			■				Gesichtsversehrte (TULPE)
		■	■		■		Glaukom (Grüner Star)
		■	■		■		Grauer Star
■			■				Guillain Barré-Syndrom (GBS)
						■	Hämochromatose
						■	Hausfrauen / Familienfrauen
■							Hepatitis C
■	■				■		Herzranke / Herzinfarkt
■		■	■	■	■		Herztransplantierte
■					■		Hirntumor
■	■		■	■	■		Hochbegabung
						■	Hochsensibilität
						■	Homocystinurie
						■	Homöopathie
■							Homosexuelle
						■	Homosexuelle und Kirche
■	■				■		Hörgeschädigte Menschen
■							Hypercholesterinämie
■						■	Hypophyseerkrankte
■						■	Ileostomie
■						■	Internetabhängigkeit
						■	Inzestüberlebende SIA
■							Kartagener-Syndrom
■	■	■	■	■	■	■	Kehlkopferoperierte / Halsatmer
■						■	Kinderlosigkeit / Kinderwunsch
■							Knochennekrose
■						■	Kollagenosen
■	■						Körperbehinderte
■	■						Kraniopharyngeom
■	■	■	■	■	■	■	Krebs
■							Lange Menschen
■						■	Lebertransplantierte
■						■	Legasthenie
■						■	Lesben + Schwule mit Kinderwunsch

B	H	L	M	N	P	V	
■						■	Lesbische Frauen
						■	Lesbische Frauen mit Depressionen
■						■	Leukämie
■						■	Liebes- und Sexsucht
■						■	Lippen-/Kiefer-/Gaumenfehlbildungen
■						■	LOT - Langzeit-Sauerstoff-Therapie
■						■	Lungenemphysem und COPD
■						■	Lungenkrebs
		■	■			■	Lupus erythematodes
■	■					■	Lymphom
■	■					■	Magersucht
■	■	■				■	Makula-Degeneration
■				■			Männergruppen
■						■	Marcumar
■						■	Marfan-Syndrom
■	■	■	■	■	■	■	Medikamentenabhängigkeit
■						■	Messies
■						■	Migräne
■						■	Migration / Integration
■						■	Mobbing
■						■	Morbus Ahlbäck
■	■	■	■	■	■	■	Morbus Bechterew
■	■	■	■	■	■	■	Morbus Crohn
■						■	Morbus Recklinghausen
						■	Morbus Waldenstroem
■	■	■	■	■	■	■	Mukoviszidose / Cystische Fibrose
■	■	■	■	■	■	■	Multiple Sklerose
■	■	■	■	■	■	■	Multiples Myelom / Plasmozytom
■	■	■	■	■	■	■	Muskelranke
■	■	■	■	■	■	■	Myasthenie
■	■	■	■	■	■	■	Narcotics Anonymous (Drogen)
■						■	Nebennierenerkrankungen
■						■	Narkolepsie
						■	Neurodermitis
■						■	Neuro-endokrine Tumoren
■						■	Neurofibromatose

B	H	L	M	N	P	V	
■						■	Nierenranke
■						■	Opferhilfe
■	■					■	Organtransplantierte Menschen und Wartepatienten
						■	Osteonekrose
■						■	Osteoporose
■	■	■				■	Overeaters Anonymous
■	■	■				■	Pankreatektomierte
■	■	■	■	■	■	■	Parkinson-Erkrankte
■	■	■	■	■	■	■	Pflegefamilien
■	■	■	■	■	■	■	Pflegende Angehörige
■						■	Poliomyelitis
■	■					■	Post- und präpartale Depression
■						■	Prader-Willi-Syndrom
■	■	■	■	■	■	■	Prostatakrebs
■	■	■	■	■	■	■	Psoriasis / Schuppenflechte
■	■	■	■	■	■	■	Psychiatrieerfahrene
■	■	■	■	■	■	■	Psychische Probleme
■	■	■	■	■	■	■	Pulmonale Hypertonie
■						■	Regenbogenfamilien
						■	Restless Legs
■						■	Retinitis pigmentosa
■	■	■	■	■	■	■	Rheuma
■	■	■	■	■	■	■	Risikogeburten
■	■	■	■	■	■	■	Sappho-Syndrom
■						■	Säuglingstod, plötzlicher
■	■	■	■	■	■	■	Sarkoidose
■	■	■	■	■	■	■	Schädel-Hirn-Verletzte
■	■	■	■	■	■	■	Schilddrüsen C-Zell Karzinom
■	■	■	■	■	■	■	Schlafapnoe
■	■	■	■	■	■	■	Schlafstörungen
■	■	■	■	■	■	■	Schlaganfall
■						■	Schmerzen, chronische
■	■	■	■	■	■	■	Schnarchen
■						■	Schwangere Mädchen

B	H	L	M	N	P	V	
■	■					■	Schwangerschaft (glücklose) / Fehlgeburten
						■	Schwule Jugendliche
						■	Schwule Manager und Führungskräfte
						■	Schwule mit Alkoholproblemen
						■	Schwule mit sex. Mißbrauchserfahrung
						■	Schwule Senioren
						■	Schwule Studierende
						■	Seltene Erkrankungen
						■	Seniorentheater
						■	Sexsüchtige
■						■	Sex- und Liebessüchtige
■	■					■	Sicca-Syndrom
		■	■			■	Sjögrensyndrom
						■	Sklerodermie
						■	Skoliose
■						■	Smith-Magenis-Syndrom
■	■					■	Soziale Phobie
■	■					■	Spastiker
■	■					■	Spielsucht
■	■					■	Stotterer
■	■					■	Syringomyelie
■	■					■	Tageseltern / Tagesmütter
■	■	■	■	■	■	■	Tauschring
■	■	■	■	■	■	■	Teilleistungsschwäche
■	■	■	■	■	■	■	Tinnitus / Morbus Menière
■	■	■	■	■	■	■	Tourette-Syndrom
■	■	■	■	■	■	■	Transsexualität
■	■	■	■	■	■	■	Trauernde
■	■	■	■	■	■	■	Trauernde Eltern
■	■					■	Trauernde junge Erwachsene
■	■					■	Trauernde jüngere Verwitwete
■	■					■	Trauernde Kinder und Geschwister
■	■					■	Trauernde nach Partnerverlust
■	■					■	Trauernde nach Selbstmord
■	■					■	Trennung und Scheidung

B	H	L	M	N	P	V	
■						■	Ullrich-Turner-Syndrom
						■	Umweltgifte /Schwermetallgeschädigte
						■	Undine-Syndrom
■	■	■	■	■	■	■	Unfallopfer
■	■	■	■	■	■	■	Urostomie
■	■	■	■	■	■	■	Usher-Syndrom
■	■	■	■	■	■	■	Uveitis
■	■	■	■	■	■	■	Vasculitis
■	■	■	■	■	■	■	Verlassene Eltern
■	■	■	■	■	■	■	Wachkoma
■	■	■	■	■	■	■	Wohnen im Alter
■	■	■	■	■	■	■	Zahnärztängste
■	■	■	■	■	■	■	Zöliakie und Sprue (Getreideunverträglichkeit)
■	■	■	■	■	■	■	Zwangserkrankungen

Stand November 2012



Selbsthilfegruppen in der Metropolregion Rhein-Neckar von

A-Z

Herausgeber: Gesundheitstreffpunkt Mannheim
gefördert durch die Metropolregion Rhein-Neckar