

SELBSTHILFEZÜRICH

Selbsthilfegruppen Stadt Zürich und Regionen

Liste 4. Quartal 2020

Bei Selbsthilfe Zürich sind rund 400 Selbsthilfegruppen für Betroffene und Angehörige erfasst. Die Themenvielfalt der Gruppen ist gross und reicht von körperlichen und psychischen Erkrankungen über Suchtprobleme bis hin zur Bewältigung von Schicksalsschlägen und kritischen Lebensereignissen.

Interessieren Sie sich für die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe? Nehmen Sie mit uns Kontakt auf. Wir beraten Sie gerne und zeigen Ihnen auf, wie Sie mit der Gruppe in Kontakt treten können.

Ihr Thema fehlt auf der Liste? Kontaktieren Sie uns trotzdem. Wir unterstützen Sie gerne beim Aufbau einer neuen Selbsthilfegruppe. Zudem können wir auch von Fachpersonen geleitete Gruppen zu unterschiedlichen Themenbereichen vermitteln.

Unser Kontakt:

Tel. 043 288 88 88

selbsthilfe@selbsthilfezuerich.ch

www.selbsthilfezuerich.ch



SELBSTHILFEGRUPPEN STADT ZÜRICH UND REGIONEN

A	
AA Anonyme Alkoholiker	Diabetes - Elterngruppe
AA Alcoholics Anonymous - English	Diabetes Typ 1
AB-Treff / Absolute Beginners	Down-Syndrom - Elterngruppe
ACA Erwachsene Kinder von Alkoholikern	Duchenne / Becker - Elterngruppe
ACA Adult Children of Alcoholics and Dysfunctional Families	Dystonie / Torticollis
AD(H)S - Elterngruppe (mehrere Gruppen)	E
AD(H)S - PartnerInnengruppe	EA Emotions Anonymous / Emotionale Gesundheit
AD(H)S (mehrere Gruppen)	Ehlers-Danlos-Syndrom (EDS)
Adipositas	Endometriose
Adrenogenitales Syndrom (AGS)	Entwicklungsverzögerung - Elterngruppe
Al-Anon - Angehörige alkoholkranker Menschen	Epilepsie
Al-Anon - Angehörige alkoholkranker Menschen - English	Epilepsie - Elterngruppe
Alateen - Kinder alkoholkranker Eltern	Essstörungen - Elterngruppe *
Alkoholsucht - Betroffene und Angehörige	F
Allergien / Neurodermitis - Elterngruppe	Friedreich-Ataxie
Amyotrophe Lateralsklerose (ALS)	Frühgeborene Kinder - Elterngruppe
Angst und Panik und Soziale Phobien	G
Aphasie - Betroffene und Angehörige	Gay: My Way
Asperger - Frauengruppe	Gemeinsame elterliche Verantwortung - Elterngruppe
Asperger - PartnerInnengruppe	Guillain-Barré Syndrom (GBS / CIDP)
Autismus / Asperger-Syndrom	H
B	Haarverlust
Betreuende und pflegende Angehörige	Hashimoto Thyreoiditis
Bi-Gruppe	Hautkrankheiten im Gesicht - Rosazea / Dermatitis / Neurodermitis / Akne / Psoriasis *
Bipolar *	Herpes Genitalis *
Bipolar - Angehörigengruppe	Herzerkrankungen *
Borderline - Angehörigengruppe	Herzkrankheit - Elterngruppe
Borderline - Betroffene mit DBT-Erfahrung	Herztransplantation - Elterngruppe
BRCA - Frauengruppe	Herztransplantation / KunstherzpatientInnen
Brustkrebs (mehrere Gruppen)	Hirnverletzung
Burnout	Hirnverletzung - Angehörigengruppe
C	Hirnverletzung - junge Betroffene
Chronique Fatigue Syndrom (CFS)	Histaminintoleranz
Co-Abhängigkeit *	HIV / AIDS (mehrere Gruppen)
CoDA	Hochsensibilität *
Colitis Ulcerosa / Morbus Crohn	Homo- / Bisexualität
Corona Langzeitfolgen - Betroffene und Angehörige	Hörschädigung - Elterngruppe
Cystische Fibrose - Elterngruppe	Hyperhidrose / übermässiges Schwitzen *
D	I
Demenz U65 - kompetent trotz Demenz *	Impulskontrollstörungen - Skin Picking / Trichotillomanie / Onychophagie
Depressionen (mehrere Gruppen)	Inkontinenz *
Depressionen - PartnerInnengruppe *	Intersexualität

* Gruppe im Aufbau

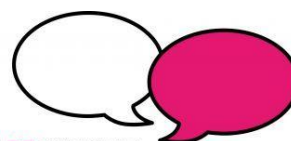
J
Jugendgruppe Spot25 - anderssexuelle Jugendliche
Junge Frauen nach Brustkrebs
Junge Menschen mit Rheuma
K
Kaufsucht
Krebs - Elterngruppe
L
Lebensbedrohende Krankheit - Angehörigen- gruppe *
Lebererkrankungen (AIH, PBC, PSC)
Leukämie / Multiples Myelom / MDS / Lymphome
Lichen Sclerosus (mehrere Gruppen)
Li-Fraumeni-Syndrom (LFS) - Betroffene und Angehörige *
Li-Fraumeni-Syndrom (LFS) - Elterngruppe *
Lipödem
Lupus Erythematodes / Kollagenosen
Lyme Borreliose
Lymphom
M
Makuladegeneration
Männergruppe (mehrere Gruppen)
Mastozytose
Melanom
Methadon-Gruppe Zürich
Mobbing am Arbeitsplatz *
Multiple chemical sensitivity
Multiple Sklerose
Multiple Sklerose - Angehörigengruppe
Multiples Myelom
Myasthenia Gravis (MG)
Myotone Dystrophie Typ 1
N
NA Narcotics Anonymous
NA Narcotics Anonymous - English
NA Narcotics Anonymous - Frauenmeeting
NA Narcotics Anonymous - Jugendmeeting
NA Narcotics Anonymous - Männermeeting
Narzissmus - erwachsene Kinder von Betroffenen
Narzissmus - (Ex-)PartnerInnengruppe
Neurale Muskelatrophien (HMSN / CMT)
Neurodermitis
NierenpatientInnen

O
OA Overeaters Anonymous
OA Overeaters Anonymous - English
Online addiction - partner group - English *
Osteoporose
P
Parkinson
Paruresis
Polyarthritits
Polycystisches Ovarsyndrom (PCOS)
Polycythämie
Polyneuropathie
Postnatale Depression / Traumatische Geburt
Psychische Erkrankung - «Mitenand» *
Psychische Erkrankung - offene Treffpunkte für Angehörige / PartnerInnen
Psychische Erkrankung - Selbsthilfetreffpunkt für erwachsene Kinder psychisch kranker Eltern
Psychische Erkrankung - Videoselbsthilfegruppe für Angehörige
Psychoseseminar - Trialog
Q
Queer Migs.
R
Rauchfrei bleiben *
Recovery - Trialog
Reizdarm
Restless-Legs-Syndrom
Retinitis Pigmentosa / erbliche Netzhautdegenera- tionen
Rheuma, Arthritis & Co.
S
Sarkoidose
Schilddrüsenerkrankungen
Schwangerschaftsabbruch *
Schwangerschaftsvergiftung / Präeklampsie / Gestose
Sehbehinderung
SENIORimPULS
Sexuelle Übergriffe in der Kindheit - Frauengruppe
Sjögren-Syndrom
Sklerodermie
Skoliose
SLAA Beziehungs-, Liebes- und Sexsucht
SLAA sex and love addicts anonymous
Spina Bifida / Hydrocephalus - Elterngruppe

* Gruppe im Aufbau

Spinale Muskelatrophie - Elterngruppe
Stilltreffen - LLL-Treffen
Stoma / Urostoma
Stottern
Sucht - Angehörigengruppe «Umfeld Sucht»
Suchtprobleme der Eltern – erwachsene Kinder von Betroffenen
Suizid - Hinterbliebene - Refugium
Suizid - hinterbliebene Eltern - Regenbogen
Suizid eines Elternteils - hinterbliebene Kinder – Nebelmeer
T
TGNS Jugendgruppe
Tinnitus
Totgeburt / Säuglingstod - Elterngruppe
Training soziale Kompetenz - gegen Angst und Schüchternheit
Transmänner - Stammtisch
Transmenschen - Angehörigengruppe
Trauer junger Erwachsener um Geschwister - life with
Trauer junger Frauen um ihre PartnerInnen
Trauer um Kind - Elterngruppe
Trauer um Kind - Elterngruppe - English
Trauer um Partnerin / Partner
Trennung / Scheidung (mehrere Gruppen)
U
Ullrich Turner Syndrom - Mädchen- / Frauen- und Elterngruppe
V
Vaginismus / Schmerzen beim Sex
Vätergruppe
Verlustangst *
Vermisste Personen - Angehörigengruppe
Verwitwete mit Kindern
Z
Zöliakie
Zwänge *
Zwänge - Elterngruppe

Unterstützt durch:



SELBSTHILFESCHWEIZ
INFOENTRAIDESUISSE
AUTOAIOTOSVIZZERA



Stadt Zürich
Sozialdepartement

09.10.2020

* Gruppe im Aufbau