



SELBSTHILFEZÜRICH

Selbsthilfegruppen Stadt Zürich und Regionen

Liste 2. Quartal 2021

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
AA Alcoholics Anonymous - English
AB-Treff / Absolute Beginners
ACA Erwachsene Kinder von Alkoholikern
ACA Adult Children of Alcoholics and Dysfunctional Families - English
AD(H)S (mehrere Gruppen)
AD(H)S - Elterngruppe (mehrere Gruppen)
AD(H)S - Frauengruppe
AD(H)S - Männergruppe
AD(H)S - Partnerinnen- & Partnergruppe
Adipositas
Adoptierte Erwachsene
Adrenogenitales Syndrom (AGS)
Al-Anon - Angehörige alkoholkranker Menschen
Al-Anon - families and friends of alcoholics - English
Alateen - Kinder alkoholkranker Eltern
Alkoholsucht - Betroffene und Angehörige
Amyotrophe Lateralsklerose (ALS)
Angst und Panik und Soziale Phobien
Aphasie - Betroffenen- und Angehörigengruppe
Asperger - Frauengruppe
Asperger - parent support group - English
Asperger - Partnerinnen- / Partnergruppe
Autismus-Spektrum-Störung
Autismus-Spektrum-Störung - Eltern- und Angehörigengruppe (mehrere Gruppen)
B
Betreuende und pflegende Angehörige
Bi-Gruppe
Bipolar *
Bipolar - Angehörigengruppe
Borderline - Angehörigengruppe
BRCA - Frauengruppe
Brustkrebs (mehrere Gruppen)
Burnout
C
Chronische Schmerzen *
Chronique Fatigue Syndrom (CFS)
CoDA
Colitis Ulcerosa / Morbus Crohn
Corona Langzeitfolgen / Long Covid
Corona Patientinnen / Patienten - Angehörigen- gruppe *

Cystische Fibrose - Elterngruppe
D
Demenz U65 - kompetent trotz Demenz
Depressionen (mehrere Gruppen)
Depressionen - Partnerinnen- / Partnergruppe *
Diabetes - Elterngruppe
Diabetes Typ 1
Digital addiction - partner and family group - English *
Down-Syndrom - Elterngruppe
Duchenne / Becker - Elterngruppe
Dystonie / Torticollis
E
EA Emotions Anonymous / Emotionale Gesundheit
Ehlers-Danlos-Syndrom (EDS)
Endometriose
Entwicklungsverzögerung - Elterngruppe
Epilepsie
Epilepsie - Elterngruppe
Essstörungen - Elterngruppe *
F
Friedreich-Ataxie
Frühgeborene Kinder - Elterngruppe
G
Gay: My Way
Gemeinsame elterliche Verantwortung - Eltern- gruppe
Guillain-Barré Syndrom (GBS / CIDP)
H
Haarverlust
Hashimoto Thyreoiditis
Hautkrankheiten im Gesicht - Rosazea / Dermatitis / Neurodermitis / Akne / Psoriasis *
Herpes Genitalis *
Herzerkrankungen *
Herzkrankheit - Elterngruppe
Herztransplantation - Elterngruppe
Herztransplantation / Kunstherzpatientinnen / -patienten
Hirnverletzung
Hirnverletzung - Angehörigengruppe
Hirnverletzung - junge Betroffene
Histaminintoleranz
HIV / AIDS (mehrere Gruppen)
Hochsensibilität *

* Gruppe im Aufbau

SELBSTHILFGRUPPEN STADT ZÜRICH UND REGIONEN

Homo- / Bisexualität
Hörschädigung - Elterngruppe
Hyperhidrose / übermässiges Schwitzen *
I
Impulskontrollstörungen - Skin Picking / Trichotillo- manie / Onychophagie
Inkontinenz *
Intersexualität
J
Jugendgruppe Spot25 - anderssexuelle Jugendliche
K
Kaufsucht
Krebs - Elterngruppe
Kreisrunder Haarausfall (Alopecia Areata)
L
Lebensbedrohende Krankheit - Angehörigen- gruppe *
Lebererkrankungen (AIH, PBC, PSC)
Leukämie / Multiples Myelom / MDS / Lymphome
Lichen Sclerosus (mehrere Gruppen)
Li-Fraumeni-Syndrom (LFS) - Betroffenen- und Angehörigengruppe *
Li-Fraumeni-Syndrom (LFS) - Elterngruppe *
Lipödem
Lupus Erythematodes / Kollagenosen
Lyme Borreliose
Lymphom
M
Makuladegeneration
Männergruppe (mehrere Gruppen)
Mastozytose
Melanom
Methadon-Gruppe Zürich
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-) Partnerinnen- / Partnergruppe
Neurale Muskelatrophien (HMSN / CMT)
Neurodermitis
Nierenpatientinnen / -patienten
O
OA Overeaters Anonymous
OA Overeaters Anonymous - English
Osteoporose
P
Parkinson
Paruresis
Polyarthritis
Polycystisches Ovarsyndrom (PCOS)
Polycythämie
Polyneuropathie
Postnatale Depression / Traumatische Geburt
Prostatakrebs
Psoriasis-Arthritis *
Psychische Erkrankung - offene Treffpunkte für Angehörige / Partnerinnen / Partner
Psychische Erkrankung - Selbsthilfetreffpunkt für erwachsene Kinder psychisch kranker Eltern
Psychische Erkrankung - Video-Selbsthilfegruppe für Angehörige
Psychoseseminar - Trialog
Q
Queer Migs.
R
Recovery - Trialog
Reizdarm
Restless-Legs-Syndrom
Retinitis Pigmentosa / erbliche Netzhautdegenera- tionen
Rheuma, Arthritis & Co.
Rheuma – junge Betroffene
S
Sarkoidose
Schilddrüsenerkrankungen
Schwangerschaftsabbruch *
Schwangerschaftsvergiftung / Präeklampsie / Gestose
Sehbehinderung
SENIORimPULS
Sexuelle Übergriffe in der Kindheit
Sjögren-Syndrom

* Gruppe im Aufbau

Sklerodermie
Skoliose
SLAA Beziehungs-, Liebes- und Sexsucht
SLAA sex and love addicts anonymous - English
Spina Bifida / Hydrocephalus - Elterngruppe
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 - Hinterbliebene von Corona Patientinnen / Patienten *
Trauer junger Erwachsener um Geschwister - life with
Trauer junger Erwachsener um Partnerin / Partner *
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

01.04.2021

Die Gruppenliste im Printformat erscheint quartalsweise. Die aktuelle Gruppenliste finden Sie auf unserer Website:



Unterstützt durch:



SELBSTHILFESCHWEIZ
INFOENTRAIDESUISSE
AUTOAIOTOSVIZZERA



Stadt Zürich
Sozialdepartement

* Gruppe im Aufbau