



**selbsthilfocenter.ch**  
Das Selbsthilfocentrum der Stiftung  
Pro Offene Türen der Schweiz

Jupiterstr. 42  
8032 Zürich

**Tel: 043 288 88 88**  
**info@selbsthilfocenter.ch**  
**www.selbsthilfocenter.ch**

Öffnungszeiten:  
Mo – Fr 10 – 12.30 Uhr  
Mo – Do 14 – 16.00 Uhr

- 1. Gruppen für Betroffene**
- 2. Gruppen für Angehörige**
- 3. Elterngruppen**
- 4. Gruppen im Aufbau**
- 5. Durch Fachstellen geleitete Gruppen**

## **1. Gruppen für Betroffene**

AD(H)S bei Erwachsenen	Colitis Ulcerosa
Alkoholsucht	Depressionen
Allein und Einsam (Treff)	Diabetes Typ 1
Amyotrophe Lateralsklerose (ALS)	Emotions Anonymous (EA) / Emotionale Gesundheit
Angst- & Panikattacken	Endometriose
Anonyme AlkoholikerInnen (AA)	Epilepsie
Anonyme Arbeitssüchtige (AAS)	Essstörungen
Anonyme Sex- und Liebessüchtige (SLAA)	Fazio–Skapulo–Humorale Muskeldystrophie
Aphasie	Fibromyalgie
Arbeitslosigkeit (Treff)	Friedenstreff
Autismus	Friedreich-Ataxie
Borderline	Frauengesprächsgruppe
Borderlineseminar (Triolog)	Gehörlosigkeit (Treff)
Brustkrebs	Guillain-Barré Syndrom (GBS)
Brustoperierte Frauen	Herzkrankheiten
Burnout / Depression	Hirnverletzung
Charcot-Marie-Tooth (CMT)	Histamin Intoleranz
Chorea Huntington	HIV/Aids
Chronical Fatigue Syndrom (CFS)	Hochsensibilität
Chronische Schmerzen	Homo- / Bisexualität (Männer)
Co-Abhängigkeit	Homo- / Bisexualität (Frauen)

Intersexualität  
Kehlkopfloosigkeit  
Kollagenosen  
Krebserkrankungen  
Legasthenie  
Lesben im Alter  
Lesbische Frauen mit Kindern  
Leukämie Myelom (Betroffene und Angehörige)  
Lupus Erythematodes  
Lyme Borreliose  
Lymphom  
Makuladegeneration (altersbedingt)  
Manisch-depressiv / Bipolare Störung  
Männergesprächsgruppen  
Melanom  
Messies  
Methadon- & Drogenkonsum (Betroffene und Angehörige)  
Morbus Crohn  
Morbus Sudeck  
Multiple Chemical Sensivity  
Multiple Sklerose (MS)  
Multiples Myelom  
Muskelkrankheiten / Myosotis  
Myasthenia Gravis (MG)  
Narkolepsie  
Narcotics Anonymous (NA)  
Neurofibromatose  
Overeaters Anonymous (OA)  
Parkinson  
Postnatale Depression  
Psychische Erkrankung (Freizeitgruppe)  
Polyarthritits  
Prostatakrebs  
Psychiatrieerfahrungen (Treff)  
Psychoseseminar (Dialog)

Restless-Legs-Syndrom  
Schilddrüsenerkrankungen  
Schleudertrauma  
Schüchternheit  
Schwangerschaftsvergiftung  
Schwule und bisexuelle Väter  
Sexueller Missbrauch i. d. Kindheit (Frauen)  
Silikonimplantate (Treff)  
Silikongeschädigte Frauen  
Sjögren-Syndrom  
Sklerodermie  
Soziale Phobie und andere Ängste  
Stoma  
Stottern  
Suizid naher Angehöriger  
Suizid eines Elternteils (Jugendliche)  
Tinnitus  
Trennung/Scheidung  
Trichotillomanie  
Übergewicht (XL-Gruppe, Treff)  
Ullrich-Turner-Syndrom  
Verwitwet (Frauen)  
Verwitwet mit Kindern  
Vitiligo  
Zwänge

## **2. Gruppen für Angehörige**

Alkoholsucht  
Alzheimer  
Aphasie  
Asperger-Syndrom  
Bipolare Erkrankung  
Borderline (Treff)  
Borderlineseminar (Dialog)  
Chronical Fatigue Syndrom (CFS)

Demenz  
Depressionen  
Erwachsene Kinder suchtkranker Eltern  
Essstörungen  
Hirnverletzung  
HIV/Aids  
Homosexualität  
Krebserkrankungen  
Multiple Sklerose  
Muskelkrankheiten  
Netzhautdegeneration  
Parkinson  
Pflegerbedürftige Betagte  
Psychoseminar (Trialog)  
Querschnittlähmung

### **3. Gruppen für Eltern**

AD(H)S  
Autismus  
Cerebrale Lähmung  
Chronische Krankheit / Behinderung  
(Intensiv-Kids)  
Chronische Nierenkrankheit  
Cystische Fibrose  
Duchenne und Becker  
Dysmelie  
Down-Syndrom  
Epilepsie  
Essstörungen  
Friedreich-Ataxie  
Frühgeborene Kinder  
Geistige Behinderung  
Herzkrankheit  
Hörschädigung  
HIV/Aids  
Rheuma

Speiseröhrenmissbildungen  
Spina Bifida / Hydrocephalus  
Spinale Muskelatrophie  
Steinert'sche Dystrophie  
Still-Treff  
Transmenschen  
Trauer um verstorbene Kinder  
Verantwortungsvolle Erziehung  
Zwillinge und Mehrlinge

### **4. Gruppen im Aufbau**

Adrenogenitales Syndrom (AGS)  
AIDS/HIV  
Angehörige von Alzheimer Kranken  
Angehörige von Menschen mit HIV  
Angehörige von Menschen mit  
Kunstherz  
Angehörige von Messies  
Angehörige Zwänge  
Brandverletzungen  
Chronische Erkrankungen  
Depressionen (Nachmittagsgruppe)  
Eltern von Kindern mit Essstörungen  
Eltern von Kindern mit Hochsensibilität  
Hämochromatose  
Jugendliche (18 bis 25 J.) mit  
psychischem Leiden  
Kriegskinder  
Migräne / chronische Kopfschmerzen  
Morbus Sudeck (Stadt Zürich)  
Osteoporose  
Polyneuropathie  
Späte Mutter-/Elternschaft  
Stimm lippenlähmung  
Trauer

## 5. Fachgeleitete Gruppen

Alkoholsucht  
Alkohol- / Medikamentensucht  
Angehörige von Drogenabhängigen  
Angehörige von Menschen mit Glücksspielsucht  
Angehörige von Sektenmitgliedern / Ehemalige Sektenmitglieder  
Asperger Syndrom  
Borderline Skillsgruppe  
Eltern sexuell missbrauchter Kinder  
Eltern pubertierender Kinder  
Erwachsene Kinder psychisch kranker Eltern  
Essstörungen  
Glücksspielsucht  
Herzkrankheiten  
Kinder, deren Eltern getrennt leben  
Menschen mit geistiger Behinderung (Treff)  
Cannabis, Kokain und/oder Partydrogen  
Panik / Agoraphobie  
Polyneuropathie  
Psychodrama  
Sexsucht  
Soziale Angst (Gruppentherapie)  
Trauma  
Verwitwete Frauen

**Falls das von Ihnen gesuchte Thema nicht aufgeführt ist, nehmen Sie mit uns Kontakt auf.**

**Wir informieren Sie gerne über gesamtschweizerische Selbsthilfegruppen oder über den Aufbau von neuen Gruppen**

**Auf Bestellung senden wir Ihnen gerne weitere Gruppenlisten oder Flyer des Selbsthilfecenter:**

**selbsthilfecenter.ch**

Das Selbsthilfezentrum der  
Stiftung Pro Offene Türen  
der Schweiz  
Jupiterstr. 42  
8032 Zürich

Tel. 043 288 88 88

[www.selbsthilfecenter.ch](http://www.selbsthilfecenter.ch)  
[info@selbsthilfecenter.ch](mailto:info@selbsthilfecenter.ch)

Januar 2012

**Mitfinanziert durch das  
Sozialdepartement der Stadt Zürich**