

Selbsthilfegruppen Stadt Zürich und Regionen

1. Quartal 2020

Im Selbsthilfecenter 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@selbsthilfecenter.ch

www.selbsthilfecenter.ch



A	Depressionen Equilibrium
AA Anonyme Alkoholiker	Depressionen - Leben damit
AA Anonyme Alkoholiker - Englisch	Depressionen - PartnerInnengruppe *
AB-Treff / Absolute Beginners	Diabetes - Elterngruppe
ACA Adult Children of Alcoholics and Dysfunctional Families	Diabetes Typ 1
AD(H)S - Elterngruppe	Down-Syndrom - Elterngruppe
AD(H)S - Elterngruppe (Jugendliche und junge Erwachsene)	Duchenne / Becker - Elterngruppe
AD(H)S - PartnerInnengruppe	Dystonie / Torticollis
AD(H)S Lerngruppe	E
ADHS/ADS Coaching-Gruppe	EA Emotions Anonymous / Emotionale Gesundheit
Adipositas	Ehlers-Danlos-Syndrom (EDS)
Adrenogenitales Syndrom (AGS)	Endometriose
Al-Anon - Angehörige alkoholkranker Menschen	Entwicklungsverzögerung - Elterngruppe
Al-Anon - Angehörige alkoholkranker Menschen - Englisch	Epilepsie
Alateen - Kinder alkoholkranker Eltern	Epilepsie - Elterngruppe
Alkoholsucht - Betroffene und Angehörige	Essstörungen - Elterngruppe *
Allergien / Neurodermitis - Elterngruppe	F
Amyotrophe Lateralsklerose (ALS)	Friedreich-Ataxie
Angst und Panik und Soziale Phobien	Frühgeborene Kinder - Elterngruppe
Aphasie - Betroffene und Angehörige	G
Asperger - Frauengruppe	Gay: My Way
Asperger - PartnerInnengruppe	Gemeinsame elterliche Verantwortung - Elterngruppe
Autismus / Asperger-Syndrom	Guillain-Barré Syndrom (GBS / CIDP)
Autoimmunhepatitis (AIH) *	H
B	Haarverlust
Betreuende und pflegende Angehörige	Hashimoto Thyreoiditis
Bi-Gruppe	Herzkrankheit - Elterngruppe
Bipolar - Angehörigengruppe	Herztransplantation - Elterngruppe
Borderline - Angehörigengruppe	Herztransplantation / KunstherzpatientInnen
BRCA - Frauengruppe	Hirnverletzung
Brustkrebs	Hirnverletzung - Angehörigengruppe
Brustkrebs 70 plus	Hirnverletzung - junge Betroffene
Burnout	Histaminintoleranz
Burnout / Depression - Sportgruppe	HIV/AIDS - Mittagstreff
C	HIV/AIDS - offener Treff Come-in
Chronique Fatigue Syndrom (CFS)	HIV-Treff GAYS & FRIENDS
Co-Abhängigkeit *	Hochsensibilität
CoDA	Homo-/Bisexualität
Colitis Ulcerosa / Morbus Crohn	Hörschädigung - Elterngruppe
Cystische Fibrose - Elterngruppe	Hyperhidrose / übermässiges Schwitzen *
D	I
Demenz - U65, kompetent und dement *	Impulskontrollstörung - Skin Picking / Trichotillomanie / Onychophagie

Inkontinenz *
Intersexualität
J
Jugendgruppe Spot25 - anderssexuelle Jugendliche
Junge Frauen nach Brustkrebs
Junge Menschen mit Rheuma
K
Kaufsucht
Krebs - Elterngruppe
L
Lebensbedrohende Krankheit – Angehörigengruppe *
Leukämie / Multiples Myelom / MDS / Lymphome
Lichen Sclerosus
Lichen Sclerosus - U30
Li-Fraumeni-Syndrom (LFS) - Betroffene und Angehörige *
Li-Fraumeni-Syndrom (LFS) - Elterngruppe *
Lipödem
Lupus Erythematodes / Kollagenosen
Lyme Borreliose
Lymphom
M
Makuladegeneration
Männergespräche
Männergruppe
Mastozytose
Melanom
Methadon- und Drogenkonsum
Mobbing am Arbeitsplatz *
Morbus Sudeck (CRPS)
Multiple chemical sensitivity
Multiple Sklerose
Multiple Sklerose - Angehörigengruppe
Multiples Myelom
Myasthenia Gravis (MG)
Myotone Dystrophie Typ 1
N
NA Narcotics Anonymous
NA Narcotics Anonymous - Englisch
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 - Englisch
Osteoporose
P
Parkinson
Paruresis
Polyarthritits
Polycystisches Ovarsyndrom (PCOS)
Polycythämie
Polyneuropathie
Postnatale Depression / Traumatische Geburt
Psoriasis / Schuppenflechte
Psychische Erkrankung - junge Erwachsene *
Psychische Erkrankung – «Miteinander» *
Psychische Erkrankung - offene Treffpunkte für Angehörige / PartnerInnen
Psychische Erkrankung - Selbsthilfetreffpunkt für erwachsene Kinder psychisch kranker Eltern
Psychoseseminar - Dialog
Q
Queer Migs.
R
Rauchfrei bleiben *
Recovery-Dialog
Reizdarm
Restless-Legs-Syndrom
Retinitis Pigmentosa / erbliche Netzhautdegenerationen
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
Spinale Muskelatrophie - Elterngruppe
Stellenlose Fach- und Führungskräfte
Stilltreffen - LLL-Treffen
Stoma / Urostoma
Stottern
Sucht – Angehörigengruppe «Umfeld Sucht»
Suizid - Hinterbliebene - Refugium
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 Erwachsener um ihre Eltern
Trauer junger Erwachsener um Geschwister - life with
Trauer junger Frauen um ihre Partner
Trauer um Kind - Elterngruppe
Trauer um Kind - Elterngruppe - Englisch
Trauer um Partnerin / Partner
Trennung / Scheidung
Trennung / Scheidung - Zischtigs-Treff
U
Ullrich Turner Syndrom - Mädchen-/Frauen- und Elterngruppe
V
Vaginismus / Schmerzen beim Sex
Väter Forum
Väterwerkstatt
Vermisste Personen - Angehörigengruppe
Verwitwete mit Kindern
Z
Zöliakie
Zwänge
Zwänge - Elterngruppe

Unterstützt durch:



SELBSTHILFESCHWEIZ
INFOENTRAIDESUISSE
AUTOAIUTOSVIZZERA



Stadt Zürich
Sozialdepartement

14.01.2020

* Gruppe im Aufbau