

**Gewusst, wo - Selbsthilfegruppen in der Metropolregion**

In Selbsthilfegruppen treffen sich Menschen, die von der gleichen körperlichen/psychischen Erkrankung oder Lebenslage betroffen sind, um sich gegenseitig zu unterstützen.

In der Metropolregion gibt es ca. 1.100 Selbsthilfegruppen. Anhand der farbigen Symbole sehen Sie, zu welchen Themen es wo Selbsthilfegruppen gibt.

Selbsthilfe-Kontaktstellen unterstützen Selbsthilfegruppen in ihrer Arbeit und beraten Menschen, die Möglichkeiten der Selbsthilfe suchen. Bei den Selbsthilfe-Kontaktstellen erfahren Sie, wie Sie Kontakt aufnehmen können. Da es für manche Themen mehrere Selbsthilfegruppen gibt, werden Sie auch bei der Entscheidung unterstützt, welches Angebot für Sie geeignet ist.

Falls es zu Ihrem Thema noch keine Gruppe gibt, unterstützen wir Sie gerne dabei, eine aufzubauen.

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

**B**  
Selbsthilfekontaktstelle für den Kreis Bergstraße  
Caritasverband Darmstadt  
Bensheimer Weg 16, 64646 Heppenheim  
Tel. 06252 / 99 01 30  
[www.selbsthilfe-bergstrasse.de](http://www.selbsthilfe-bergstrasse.de)

<b>H</b> Heidelsberger Selbsthilfebüro Alte Eppelheimer Str. 40/1, 69115 Heidelberg Tel. 06221 / 18 42 90 <a href="http://www.selbsthilfe-heidelberg.de">www.selbsthilfe-heidelberg.de</a>
<b>L</b> KISS Pfalz Selbsthilfetreff Pfalz, Außenstelle Ludwigshafen, Gesundheitsamt Zimmer 301 Dörrhorststr. 36, 67059 Ludwigshafen Tel. 0621 / 59 09-73 01 <a href="mailto:muench-strauch@kiss-pfalz.de">muench-strauch@kiss-pfalz.de</a>
<b>M</b> Gesundheitstreffpunkt Mannheim e.V. Max-Joseph-Str. 1, 68167 Mannheim Tel. 0621 / 33 9 18 18 <a href="http://www.gesundheitstreffpunkt-mannheim.de">www.gesundheitstreffpunkt-mannheim.de</a>
<b>N</b> Selbsthilfenetzwerk Neckar-Odenwald an den Neckar-Odenwald-Kliniken gGmbH Knopfweg 1, 74821 Mosbach Tel. 06261 / 83 - 23 1 <a href="http://www.selbsthilfe-nok.de">www.selbsthilfe-nok.de</a>
<b>P</b> KISS Pfalz Selbsthilfetreff Pfalz e.V. Kirchberg 18, 67483 Edesheim Tel. 06323 / 98 99 24 <a href="http://www.kiss-pfalz.de">www.kiss-pfalz.de</a>
<b>V</b> KISS Viernheim c/o Amt für Kultur, Bildung und Soziales Kreuzstr. 2-4, 68519 Viernheim Tel. 06204 / 98 84 07 <a href="mailto:harald.hofmann@viernheim.de">harald.hofmann@viernheim.de</a>

B	H	L	M	N	P	V	
							AD(H)S-Syndrom, Erwachsene
							Adipositas / Übergewicht
							Adipositaschirurgie
							Adoptierte
							Adoptivfamilien
							AIDS / HIV
							Alkoholabhängigkeit (auch AA, verschiedene Sprachen)
							Alleinerziehend
							Allergien
							Alopezie
							Amputation
							Amyotrophe Lateralsklerose (ALS)
							Analphabetismus
							Angehörige Alkoholabhängiger (auch Al-Anon)
							Angehörige Borderline-Erkrankter
							Angehörige Demenz-Erkrankter / Alzheimer-Erkrankter
							Angehörige Depressions-Erkrankter
							Angehörige Drogenabhängiger
							Angehörige Essgestörter
							Angehörige von Forensikpatienten
							Angehörige Multiple Sklerose Erkrankter
							Angehörige von Narzisst:innen
							Angehörige psychisch Kranker
							Angehörige Sucht-Erkrankter
							Angststörungen / Agoraphobie / Panik
							Aphasie
							Apoplexie
							Arbeitsbedingte Atemwegserkrankungen
							Arbeitslosigkeit
							Arthritis
							Arthrogryposis
							Arthrose
							Asexualität

B	H	L	M	N	P	V	
							Asperger-Syndrom
							Asthma
							Ataxie / Heredo-Ataxie
							Atemstillstand
							Autismus
							Autismus, Erwachsene
							Barrierefreiheit
							Bauchspeicheldrüsen-Erkrankung
							Behinderung
							Beziehungsabhängigkeit / Gesunde Beziehungen (CoDA)
							Bipolare Erkrankung
							Blindheit / Sehbehinderung
							Borderline-Syndrom
							Borna-Virus
							Borreliose
							Brustkrebs
							Bulimie
							Burn-out
							Cerebral- / Hirngeschädigte
							Chronisches Erschöpfungssyndrom (CFS)
							Cluster-Kopfschmerz
							Cochlea-Implantat
							Colitis ulcerosa
							Colostomie
							Contergan-Geschädigte
							Darmkrebs / Darmerkrankungen
							Defibrillator
							Depressionen
							Depressionen perinatal / postpartal (verschiedene Sprachen)
							Desmoid
							Diabetes
							Dialyse
							Dialyse-Patient:innen

B	H	L	M	N	P	V	
							Drogenabhängigkeit (NA)
							Dystonische Erkrankungen
							Ehemalige aus 12-Schritte-Kliniken
							Ehemalige aus Systemios-Kliniken
							Eierstockkrebs
							Einsamkeit
							Eltern AIDS-kranker Kinder
							Eltern anfallskranker Kinder
							Eltern autistischer / mutistischer Kinder
							Eltern drogenabhängiger Kinder
							Eltern frühgeborener Kinder
							Eltern herzkranker Kinder
							Eltern hochbegabter Kinder
							Eltern hyperaktiver/hyperkinetischer Kinder
							Eltern krebskranker Kinder
							Eltern nierenkranker Kinder
							Eltern rechenschwacher Kinder
							Eltern rheumakranker Kinder
							Eltern von Kindern mit AD(H)S
							Eltern von Kindern mit Behinderung / mit verzögerter Entwicklung
							Eltern von Kindern mit Diabetes
							Eltern von Kindern mit Down-Syndrom
							Eltern von Kindern mit Lungenversagen (ECMO)
							Emotionale Gesundheit (EA)
							Endometriose
							Epilepsie / Anfallserkrankungen
							Erwachsene Kinder psychisch kranker Eltern
							Erwachsene Kinder suchtkranker Eltern / Erzieher:innen
							Essstörungen (auch OA)
							Familien mit autistischen Kindern (russischsprachig)

B	H	L	M	N	P	V	
							Familienrecht (Sorge, Umgang, Unterhalt)
							Fehlgeburt / glücklose Schwangerschaft
							Fibromyalgie
							Frauen gegen Gewalt (spanischsprachig)
							Frauen mit Missbrauchserfahrung
							Frauen, selbstständige
							Frauen, Sucht
							Frauengruppen
							Gehörlosigkeit
							Geistige Behinderung
							Gesichtsversehrte
							Glaukom (Grüner Star)
							Glücksspielsucht
							Grauer Star
							Guillain Barré-Syndrom (GBS)
							Hämochromatose
							Hauterkrankungen
							Hausfrauen
							Hernien
							Herzkrankheiten / Herzinfarkt
							Herztransplantation
							Hirntumor
							Hochbegabung
							Hochsensibilität
							Homocystinurie
							Homosexualität
							Homosexualität und Kirche
							Hörschädigung
							Hypophyse-Erkrankte
							Ileostomie
							Inklusion
							Internetabhängigkeit
							Interstitielle Cystitis

B	H	L	M	N	P	V	
■							Inzestüberlebende (SIA)
■							Kartagener-Syndrom
■	■	■	■	■	■	■	Kehlkopfloose / Kehlkopfoperierte
		■					Kollagenosen
■							Kopf-Hals-Tumoren
■	■	■	■	■	■	■	Körper-Behinderung
■	■	■	■	■	■	■	Krebs
■							Krebs, Frauen (spanischsprachig)
■							Kriegsenkel
■							Künstler:innen, Anonym (A.R.T.S.)
		■		■			Langzeit-Sauerstoff-Therapie (LOT)
■	■						Lebertransplantation / Lebererkrankung
■	■	■	■	■	■	■	Legasthenie
		■					Lesbische Frauen
■	■						Leukämie
■	■						Liebes- und Sexsucht
■							Lipödem/Lymphödem
■	■	■	■	■	■	■	Lippen-/ Kiefer-/ Gaumenfehlbildungen
■	■	■	■	■	■	■	Lungenemphysem/chronisch obstruktive Lungenerkrankung (COPD)
■							Lungenfibrose
■	■	■					Lungenkrebs
■	■	■	■	■	■	■	Lupus erythematodes
■	■	■	■	■	■	■	Lymphome
■	■	■	■	■	■	■	Magersucht
■	■	■	■	■	■	■	Makuladegeneration
		■					Malen, Krankheitsbewältigung
	■	■	■	■	■	■	Männer, Selbsterfahrung
■	■	■					Marfan-Syndrom
■	■	■	■	■	■	■	Medikamentenabhängigkeit
		■					Messies
■							Migräne
■	■						Missbrauch und Gewalt in der Kindheit
							Mobbing
■	■	■	■	■	■	■	Morbus Bechterew
■	■	■	■	■	■	■	Morbus Crohn

B	H	L	M	N	P	V	
■							Morbus Samter
■			■				Mukoviszidose / Cystische Fibrose
■	■	■	■	■	■	■	Multiple Sklerose
■	■	■	■	■	■	■	Multiples Myelom
■	■	■	■	■	■	■	Muskelerkrankungen
■	■	■	■	■	■	■	Myasthenie
			■				Myeloproliferative Neoplasien (MPN)
			■				Nagel-Patella-Syndrom
■							Narkolepsie
■	■						Nebennierenerkrankungen
							Neurodermitis
■	■	■	■	■	■	■	Nierenkrebs / -erkrankungen
■							Organtransplantierte Menschen und Wartepatienten
							Osteoporose
■	■	■	■	■	■	■	Pankreatektomie
■	■	■	■	■	■	■	Parkinson
■	■	■	■	■	■	■	Pflegefamilien
■	■	■	■	■	■	■	Pflegende Angehörige
■	■	■	■	■	■	■	Poliomyelitis
							Polyneuropathie
							Posttraumatische Belastungsstörungen, Frauen
							Prader-Willi-Syndrom
■			■	■	■	■	Prostatakrebs
							Psoriasis / Schuppenflechte
■	■	■	■	■	■	■	Psychiatrieerfahrene
■	■	■	■	■	■	■	Psychische Probleme
■	■						Psychoseerfahrung
							Regenbogenfamilien
							Restless Legs
■	■	■	■	■	■	■	Rheuma
■	■	■	■	■	■	■	Risikogeburten
							Sammelsucht (CLA)
■	■	■	■	■	■	■	Sarkoidose
■							Säuglingstod, plötzlicher

B	H	L	M	N	P	V	
■	■	■	■	■	■	■	Schädel-Hirn-Verletzung
■	■	■	■	■	■	■	Schilddrüsenkrebs / Schilddrüsenerkrankungen
							Schlafapnoe
■	■	■	■	■	■	■	Schlafstörungen
■	■	■	■	■	■	■	Schlaganfall
■	■	■	■	■	■	■	Schmerzen, chronische
■	■	■	■	■	■	■	Schnarchen
							Schwule Jugendliche
							Schwule Manager und Führungskräfte
							Schwule mit sexueller Missbrauchserfahrung
							Schwule Studierende
							Schwule Väter
■	■	■	■	■	■	■	Schwule, Coming-out
■	■	■	■	■	■	■	Seelische Probleme, junge Menschen
■	■	■	■	■	■	■	Sehbehinderung
■	■	■	■	■	■	■	Seltene Erkrankungen
■	■	■	■	■	■	■	Senioren
■	■	■	■	■	■	■	Sexsucht (AS, SLAA)
							Sicca-Syndrom
							Sjögren-Syndrom
■	■	■	■	■	■	■	Sklerodermie
■	■	■	■	■	■	■	Sozialphobie
■	■	■	■	■	■	■	Spastiker
■	■	■	■	■	■	■	Spielsucht
■	■	■	■	■	■	■	Stotterer
■	■	■	■	■	■	■	Syringomyelie
■	■	■	■	■	■	■	Tageseltern / Tagesmütter
							Tauschring
■	■	■	■	■	■	■	Teilleistungsschwäche
■	■	■	■	■	■	■	Tinnitus / Morbus Menière
							Tourette-Syndrom
							Transsexualität

B	H	L	M	N	P	V	
							Transsexualität, Transfrauen + Angehörige
■							Transsexualität, Transmänner + Angehörige
■	■	■	■	■	■	■	Trauer
■	■	■	■	■	■	■	Trauernde Eltern
■	■	■	■	■	■	■	Trauernde Kinder und Geschwister
							Trauernde nach Suizid
							Trauernde, Jüngere nach Partner:inverlust
■	■	■	■	■	■	■	Trennung / Scheidung
							Trigeminusschmerz
							Undine-Syndrom
■	■	■	■	■	■	■	Unfall-Opfer
■	■	■	■	■	■	■	Urostomie
■	■	■	■	■	■	■	Usher-Syndrom
■	■	■	■	■	■	■	Vasculitis
■	■	■	■	■	■	■	Väteraufbruch
■	■	■	■	■	■	■	Verlassene Eltern
■	■	■	■	■	■	■	Wohnen im Alter
■	■	■	■	■	■	■	Zöliakie / Sprue
■	■	■	■	■	■	■	Zwangserkrankungen



**Selbsthilfegruppen  
in der Metropolregion  
Rhein-Neckar  
von**

**A - Z**

Mit freundlicher Unterstützung  
der DAK-Gesundheit



Herausgeber: Gesundheitstreffpunkt Mannheim