

Selbsthilfegruppen im Südkreis Unna

Schwerte | Holzwickede | Fröndenberg

Stand:
28.11.2016

Selbsthilfegruppen im Südkreis

Informationen zu diesen und weiteren Selbsthilfegruppen im Kreis Unna erhalten Sie bei der
Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen

Treffpunkt Gesundheit Schwerte | Kleppingstraße 4 | 58239 Schwerte

Susanne Götz

Fon 0 23 04 / 240 70 22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Klicken Sie auf eine Gruppe, um direkt zu den Informationen zu gelangen

Selbsthilfegruppen im Südkreis	3
Ältere Menschen, Mittendrin – Gesprächskreis.....	3
Ängste Panik, Schwerte	3
Alkohol Alkoholiker, Anonyme - AA-Gruppe – Marienkrankenhaus Schwerte.....	3
Alkohol Alkoholiker, Anonyme - AA-Gruppe – Schwerte-Westhofen	3
Alkohol Alkoholiker, Anonyme - AA-Gruppe – Tagesklinik Schwerte	3
Alkohol Angehörige - Anonyme – AI Anon-Gruppe	4
Alkohol - Drogen Angehörige von Menschen mit einer Suchterkrankung, Schwerte	4
Alkohol Blaues Kreuz in der ev. Kirche, Holzwickede	4
Alkohol „Die Ku(e)mmerlinge“, Schwerte	4
Alkohol Glaskar, unabhängige Selbsthilfegruppe für alkoholabhängige Menschen, Schwerte	4
Alkohol T.I.S – Tönissteiner in Schwerte, Selbsthilfegruppe für alkohol- und drogenabhängige Menschen, Schwerte	5
AlleinErziehendenTreff, Fröndenberg	5
Asperger-Syndrom-Elterngruppe, Schwerte	5
Beginenhof Schwerte e.V.	5
Behinderung dabei -der arbeitskreis- behindert, engagiert, integriert, Schwerte	6
Behinderung Johannis-Disco für behinderte und nichtbehinderte junge Menschen, Schwerte.....	6
Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna Beratung und Sprechstunde, Schwerte	6
Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna Selbsthilfegruppe Schwerte	6
Borderline, Schwerte	7
Depressionen, Schwerte	7
Depressionen, Angehörige von Menschen mit, Schwerte	7
Gemeinsam leben, gemeinsam lernen e.V., Schwerte und Märkischer Kreis	7
Herzkrankes Kind, Elterninitiative, Schwerte/Dortmund.....	7
Herzsportgruppen, Schwerte	8
Hörschädigungen SOS-Ruhrta (S-chwerhörigkeit; O-hrgeräusche; S-chwindel), Schwerte.....	8
HSP (hochsensible Personen), Schwerte	8
Krebs, Brust "Ma-m-mut", Selbsthilfegruppe für Brustkrebsbetroffene, Schwerte	8
Krebs, Brust "Brustoperierte Frauen" (BoF), Gesprächskreis, Gymnastik, Schwerte	9
Krebs Mut, für Krebsbetroffene, Holzwickede	9
Lungenerkrankte, Sportgruppe Schwerte, TV Jahn Rot-Weiß.....	9

Medikamente Narcotics Anonymous, Schwerte	9
Menschen ab 60, Holzwickede	9
Morbus Bechterew, Schwerte.....	10
Multiple Sklerose, Schwerte	10
Multiple Sklerose, „Trotzdem!“, junge Betroffene, Schwerte	10
Pflege Pflegende Angehörige „Auszeit“, Schwerte	10
Psychiatrieerfahrung, Menschen mit, Schwerte	10
Pubertät, Schule schwänzen, Schwerte	11
Rett-Syndrom, Schwerte	11
Rheuma Deutsche Rheuma-Liga NRW, Schwerte	11
Selbstbehauptung, Schwerte.....	11
Selbsthilfe-Stammtisch im Südkreis, Schwerte	12
Senioren Club - Aktives Alter, Holzwickede	12
"Tauschring der Talente", Schwerte	12
Trennung/Scheidung I, Schwerte	12
Trennung/Scheidung II, Schwerte	13
ZWAR – zwischen Arbeit und Ruhestand, Schwerte	13
ZWAR – zwischen Arbeit und Ruhestand, Fröndenberg	13

Selbsthilfegruppen im Südkreis

Ältere Menschen, Mittendrin – Gesprächskreis

jeden 2. Donnerstag im Monat | 14.00 bis 16.00 Uhr

Grete-Meißner-Zentrum | Schützenstraße 10 | 58239 Schwerte

Kontakt | Infos

Fon 0 23 04 / 93 93 93

oder

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Ängste | Panik, Schwerte

Verständnis, gegenseitige Stärkung und Unterstützung von und für Menschen, die unter einer Angststörung leiden.

jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat | 19.00 Uhr

Nebenzelle des Kreisgesundheitsamtes | Treffpunkt Gesundheit Schwerte | Multifunktionsraum |

Kleppingstraße 4 | 58239 Schwerte

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Alkohol | Alkoholiker, Anonyme - AA-Gruppe – Marienkrankenhaus Schwerte

Unterstützung von und für Menschen, die alkoholabhängig sind.

jeden Mittwoch | 19.30 Uhr

Marienkrankenhaus Schwerte | Goethestr. 19 | 58239 Schwerte

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Alkohol | Alkoholiker, Anonyme - AA-Gruppe – Schwerte-Westhofen

Unterstützung von und für Menschen, die alkoholabhängig sind.

jeden Mittwoch | 18.30 Uhr

Ev. Gemeindehaus | Labuissierestraße | 58239 Schwerte

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Alkohol | Alkoholiker, Anonyme - AA-Gruppe – Tagesklinik Schwerte

Unterstützung von und für Menschen, die alkoholabhängig sind.

jeden Montag | 18.30 Uhr

Tagesklinik | Kleppingstr. 21 | 58239 Schwerte

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Alkohol | Angehörige - Anonyme – AI Anon-Gruppe

Unterstützung von und für Angehörige von Menschen, die alkoholabhängig sind.

jeden Montag | 20.00 Uhr bis 21.30 Uhr

AWO-Wohnung (Eingang über den Hinterhof des Gesundheitsamtes, barrierefrei) | Kleppingstr. 4 | 58239 Schwerte

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Alkohol - Drogen | Angehörige von Menschen mit einer Suchterkrankung, Schwerte

Verständnis, gegenseitige Stärkung und Unterstützung

jeden 2. Montag im Monat | 17.30 Uhr

Nebensstelle des Kreisgesundheitsamtes | Treffpunkt Gesundheit Schwerte | Multifunktionsraum | Kleppingstraße 4 | 58239 Schwerte

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Alkohol | Blaues Kreuz in der ev. Kirche, Holzwickede

Angesprochen sind alkohol- oder/und medikamentenabhängige Menschen sowie ihre Angehörigen

jeden Dienstag | 19.00 Uhr

Gemeindehaus Holzwickede | Unnaer Straße 70 | 59439 Holzwickede

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Alkohol | „Die Ku(e)mmerlinge“, Schwerte

Unterstützung von und für Menschen, die alkoholabhängig sind

jeden Montag | 18.30 Uhr

Haus der Diakonie | Kötterbachstraße 16 | 58239 Schwerte

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Alkohol | Glaskar, unabhängige Selbsthilfegruppe für alkoholabhängige Menschen, Schwerte

Unabhängige Gruppe für alkoholabhängige Menschen. Gruppentreffen, Informationen, Erfahrungsaustausch, gegenseitige Unterstützung und Gespräche über den Umgang mit der Erkrankung.

jeden Donnerstag | 19 Uhr
Haus der Diakonie | Kötterbachstraße 16 | 58239 Schwerte

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Alkohol | T.I.S – Tönissteiner in Schwerte, Selbsthilfegruppe für alkohol- und drogenabhängige Menschen, Schwerte

Gruppe für alkohol- oder drogenabhängige Menschen. Die Gruppe hat sich aus Betroffenen entwickelt, die sich in der Klinik Tönisstein kennengelernt hatten, ist jedoch offen für alle Betroffenen. Wöchentliche Gruppentreffen, Erfahrungsaustausch, gegenseitige Unterstützung und Gespräche über den Umgang mit der Erkrankung.

jeden Donnerstag | 19 Uhr

Tagesklinik | Gebäude Hüsingstr. 10/ Nordwall 1 | 58239 Schwerte | 1.OG links

[Kontakt | Infos](#)

E-Mail Toenissteiner-in-Schwerte@gmx.de

oder

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

AlleinErziehendenTreff, Fröndenberg

Suchen Sie Gleichgesinnte zum verständnisvollen Austausch und für gemeinsame Unternehmungen?
Ohne Unterstützung eines Partners fühlen Sie sich bei Alltags- und Erziehungsproblemen alleine gelassen?
Suchen Sie situationsbezogene Hilfen?

Dann sind Sie herzlich willkommen bei unserem AlleinErziehendenTreff

jeden 4. Dienstag im Monat | 16.30 Uhr

Treffpunkt Windmühle | Kurt-Schumacher-Str. 62 | 58730 Fröndenberg/Ruhr

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Asperger-Syndrom-Elterngruppe, Schwerte

Informationsaustausch, Öffentlichkeitsarbeit, gegenseitige Unterstützung, gemeinsame Treffen mit den Kindern. Die Kinder sind zwischen 7-40 Jahren.

jeden 1. Mittwoch im Monat | 20 Uhr

Ergotherapie Söpper | Im Potthof 1 | Schwerte

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Beginenhof Schwerte e.V.

Frauenwohnprojekte in Schwerte-Ergste und Schwerte Mitte.

[Kontakt | Infos](#)

Internet <http://www.dachverband-der-beginen.de/schwerte-ergste.php>

oder

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Behinderung | dabei -der arbeitskreis- behindert, engagiert, integriert, Schwerte

Zusammenschluss von Menschen mit Behinderten und Interessierten die sich dafür einsetzen, dass Menschen mit und ohne Behinderung in Schwerte gemeinsam leben, lernen, wohnen und arbeiten. Familien mit behinderten Kindern oder Angehörigen und deren Freunde sollen miteinander ins Gespräch kommen.

jeden 3. Mittwoch im Monat | ungerader Monat um 17.00 Uhr | gerader Monat um 10.00 Uhr

Eiscafe Matiuzzi am Bahnhof in Schwerte

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Behinderung | Johannis-Disco für behinderte und nichtbehinderte junge Menschen, Schwerte

Die Johannis-Disco ist ein diakonisches Projekt für jugendliche Behinderte und ihre Freunde, die sich mehrmals im Jahr (ca. 9-mal) treffen. Das Gemeindehaus verwandelt sich in eine Disco, zu der ca. 150 und mehr Gäste kommen.

[Kontakt | Infos](#)

Internet <https://de-de.facebook.com/pages/Johannis-Disco/315550571877693>

oder

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna | Beratung und Sprechstunde, Schwerte

Sprechstunde für Blinde, Sehbehinderte oder Menschen mit einer Augenerkrankung finden Rat und Hilfe z.B. bei Schwerbehindertenausweis, Nachteilsausgleich, Erwerbsminderungsrente oder auch die soziale und berufliche Rehabilitation.

3. Donnerstag im Monat | 11.00 – 13.00 Uhr

Nebenstelle des Kreisgesundheitsamtes | Treffpunkt Gesundheit Schwerte | Multifunktionsraum | Kleppingstraße 4 | 58239 Schwerte

[Kontakt | Infos](#)

Walter Görlitz | Fon 0 23 07 / 55 48 64 | E-Mail w.goerlitz@blickpunkt-auge.de

oder

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna | Selbsthilfegruppe Schwerte

Die Selbsthilfegruppe des Blinden- und Sehbehindertenvereins trifft sich

jeden 3. Donnerstag im Monat | 14.30 – 16.30 Uhr

Nebenstelle des Kreisgesundheitsamtes | Treffpunkt Gesundheit Schwerte | Multifunktionsraum |
Kleppingstraße 4 | 58239 Schwerte

[Kontakt | Infos](#)

Walter Görlitz | Fon 0 23 07 / 55 48 64 | E-Mail w.goerlitz@blickpunkt-auge.de

oder

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Borderline, Schwerte

jeden 2. und 4. Freitag im Monat | 16.00 bis 18.00 Uhr

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Depressionen, Schwerte

Gespräche und Erfahrungsaustausch um Mut, Selbstvertrauen, Stärke und Lebensfreude zu erhalten. Gegenseitige Unterstützung, Begleitung, Beratung, Informationsaustausch

jeden 2. und 4. Dienstag im Monat | 19.00 Uhr

Nebenstelle des Kreisgesundheitsamtes | Treffpunkt Gesundheit Schwerte | Multifunktionsraum |
Kleppingstraße 4 | 58239 Schwerte

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Depressionen, Angehörige von Menschen mit, Schwerte

Austausch unter Eltern, Partnern und anderen Angehörigen von Menschen mit Depressionen.

Treffen auf Anfrage

Nebenstelle des Kreisgesundheitsamtes | Treffpunkt Gesundheit Schwerte | Multifunktionsraum |
Kleppingstraße 4 | 58239 Schwerte

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Gemeinsam leben, gemeinsam lernen e.V., Schwerte und Märkischer Kreis

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Herzkrankes Kind, Elterninitiative, Schwerte/Dortmund

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Herzsportgruppen, Schwerte

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Hörschädigungen | SOS-Ruhrtal (S-chwerhörigkeit; O-hrgeräusche; S-schwindel), Schwerte

Informationen, Erfahrungsaustausch, gegenseitige Unterstützung und Gespräche über den Umgang mit der Symptomatik: Tinnitus, Schwindel, Morbus Menière, Hyperakusis.

jeden 4. Montag im Monat | 19.00 Uhr

Nebenzstelle des Kreisgesundheitsamtes | Treffpunkt Gesundheit Schwerte | Multifunktionsraum | Kleppingstraße 4 | 58239 Schwerte

[Kontakt | Infos](#)

E-Mail SHG@SOS-ruhrtal.de | Internet www.SOS-Ruhrtal.de

und

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

HSP (hochsensible Personen), Schwerte

Gruppe für Menschen mit Hochsensibilität/Hochsensitivität. Aktive Auseinandersetzung mit Thema, Austausch von Tipps und Informationen, Aktivitäten unter „Gleichen“, gemeinsam Spaß haben.

Infos auch hier: www.zartbesaitet.net, www.hochsensibel.org

jeden 1. und 3. Montag im Monat | 18.00 Uhr

Nebenzstelle des Kreisgesundheitsamtes | Treffpunkt Gesundheit Schwerte | Multifunktionsraum | Kleppingstraße 4 | 58239 Schwerte

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Krebs, Brust | "Ma-m-Mut", Selbsthilfegruppe für Brustkrebsbetroffene, Schwerte

Gespräche und Erfahrungsaustausch mit Frauen, die Ähnliches erlebt haben, um Mut, Selbstvertrauen, Stärke und Lebensfreude zu erhalten. Gegenseitige Unterstützung, Begleitung, Beratung, Informationsaustausch jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat | 19.00 Uhr

Grete-Meißner-Zentrum | Schützenstraße 10 | 58239 Schwerte

[Kontakt | Infos](#)

Internet www.ma-m-mut.de | E-Mail ma-m-mut@versanet.de

und

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Krebs, Brust | "Brustoperierte Frauen" (BoF), Gesprächskreis, Gymnastik, Schwerte

Gespräche und Erfahrungsaustausch mit Frauen, die Ähnliches erlebt haben, um Mut, Selbstvertrauen, Stärke und Lebensfreude zu erhalten. Gegenseitige Unterstützung, Begleitung, Beratung, Informationsaustausch
jeden Mittwoch | 9.00 Uhr Gymnastik

jeden Mittwoch | 10.00 Uhr Gesprächskreis

Grete-Meißner-Zentrum | Schützenstraße 10 | 58239 Schwerte

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Krebs | Mut, für Krebsbetroffene, Holzwickede

Gespräch und Erfahrungsaustausch mit Menschen, die Ähnliches erlebt haben, um Mut, Selbstvertrauen, Stärke und Lebensfreude zu erhalten. Gegenseitige Unterstützung, Begleitung, Beratung, Informationsaustausch

jeden 1. Donnerstag im Monat | 16.00 bis 18.00 Uhr

Alois-Gemmeke-Haus der LiebfraueNGemeinde | Hauptstraße | 59439 Holzwickede

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Lungenerkrankte, Sportgruppe Schwerte, TV Jahn Rot-Weiß

Rehasport für Asthmatiker, Lungenerkrankte anderer Genesen, Lungenoperierte
donnerstags | 17.00 bis 18.30 Uhr

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Medikamente | Narcotics Anonymous, Schwerte

freitags | 19.30 Uhr bis 21.00 Uhr

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Menschen ab 60, Holzwickede

jeden 2. und 4. Dienstag | 18.00 Uhr

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Morbus Bechterew, Schwerte

Gespräch und Erfahrungsaustausch, Trocken- und Wassergymnastik

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Multiple Sklerose, Schwerte

Gespräch und Erfahrungsaustausch

jeden 2. Montag im Monat | 14.00 Uhr

Grete-Meißner-Zentrum | Schützenstraße 10 | 58239 Schwerte

[Kontakt | Infos](#)

H. Schwake | Fon 0 23 04 / 7 25 45

und

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Multiple Sklerose, „Trotzdem!“, junge Betroffene, Schwerte

Informationen, Erfahrungsaustausch, gegenseitige Unterstützung und Gespräche über den Umgang mit der Erkrankung, Freizeitaktivitäten

jeden 3. Dienstag im Monat | 19.00 Uhr

Nebenstelle des Kreisgesundheitsamtes | Treffpunkt Gesundheit Schwerte | Multifunktionsraum | Kleppingstraße 4 | 58239 Schwerte

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Pflege | Pflegende Angehörige „Auszeit“, Schwerte

Jeden letzten Montag im Monat | 17.00 bis 19.00 Uhr

Grete-Meißner-Zentrum | Schützenstraße 10 | 58239 Schwerte

[Kontakt | Infos](#)

Fon 0 23 04 / 93 93 93

und

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Psychiatrieerfahrung, Menschen mit, Schwerte

Selbsthilfegruppe für Menschen mit Psychiatrieerfahrung. Erfahrungsaustausch, Informationen, gegenseitige Unterstützung und Gespräche über den Umgang mit der Erkrankung.

jeden 1. Donnerstag im Monat | 17.00 Uhr

Nebenstelle des Kreisgesundheitsamtes | Treffpunkt Gesundheit Schwerte | Multifunktionsraum | Kleppingstraße 4 | 58239 Schwerte.

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Pubertät, Schule schwänzen, Schwerte

Elterngesprächskreis, Erfahrungsaustausch, gegenseitige Unterstützung und Gespräche, um mit der belastenden Situation zurechtzukommen und Veränderungen herbeizuführen.

jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat | nicht in den Ferien | 18.00 Uhr

Nebenstelle des Kreisgesundheitsamtes | Treffpunkt Gesundheit Schwerte | Multifunktionsraum |
Kleppingstraße 4 | 58239 Schwerte

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Rett-Syndrom, Schwerte

Ansprechpartner für den Elternkreis Rett-Syndrom Deutschland sowie den Rett Benefiztag in Schwerte

[Kontakt | Infos](#)

Internet <https://www.facebook.com/pages/Rett-Benefiztag/206711512756091> |
<http://www.rett-benefiztag.de>

und

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Rheuma | Deutsche Rheuma-Liga NRW, Schwerte

Gruppentreffen für Mitglieder und Interessierte zum Erfahrungs- und Gedankenaustausch

jeden 1. Donnerstag im Monat | 15.00 Uhr

Marien-Krankenhaus | Cafeteria | Goethestr. 19 | 58239 Schwerte

Sprechstunde von Betroffenen für Betroffene

jeden 1. Dienstag im Monat | 15.00 bis 16.30 Uhr

Nebenstelle des Kreisgesundheitsamtes | Treffpunkt Gesundheit Schwerte | Multifunktionsraum |
Kleppingstraße 4 | 58239 Schwerte

während dieser Zeit telefonisch erreichbar unter Fon 0 23 04 / 2 40 70-14

[Kontakt | Infos](#)

Internet: www.rheuma-liga.de

oder

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Selbstbehauptung, Schwerte

Die Selbsthilfegruppe trifft sich zu Gesprächen und Erfahrungsaustausch, um Mut, Selbstvertrauen, Stärke und Lebensfreude zu erhalten. Gegenseitige Unterstützung, Begleitung, Beratung, Informationsaustausch.
Jeden 2. Mittwoch im Monat | 18 Uhr
Nebenstelle des Kreisgesundheitsamtes | Treffpunkt Gesundheit Schwerte | Multifunktionsraum |
Kleppingstraße 4 | 58239 Schwerte.

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Selbsthilfe-Stammtisch im Südkreis, Schwerte

Formlose Zusammenkunft von Kontaktpersonen und Mitgliedern verschiedener Selbsthilfegruppen zum themenübergreifenden Erfahrungsaustausch. Besonders auch für neue Gruppen geeignet.
jeden 2. Montag im ungeraden Monat | 19.00 Uhr
Nebenstelle des Kreisgesundheitsamtes | Treffpunkt Gesundheit Schwerte | Multifunktionsraum |
Kleppingstraße 4 | 58239 Schwerte

[Kontakt | Infos](#)

E-Mail SHG@Selbsthilfe-Stammtisch.sos-ruhrtal.de | Internet www.Selbsthilfe-Stammtisch.sos-ruhrtal.de
und
Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Senioren Club - Aktives Alter, Holzwickede

Aktive Lebensgestaltung nach dem Berufsleben bzw. nach Tod des Partners, Alter 60+, gegenseitige Unterstützung, Austausch, gemeinsame Aktivitäten.
jeden Donnerstag | 9.00 Uhr
Katholisches Gemeindehaus | Dorfstraße 39 | 59439 Holzwickede

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

"Tauschring der Talente", Schwerte

Tausch verschiedener Talente und Dinge ohne Geld
jeden 3. Montag im Monat | 19.30 Uhr
Rohrmeisterei | Seminarraum | Ruhrstr. 20 | 58239 Schwerte

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Trennung/Scheidung I, Schwerte

Gespräch, Austausch und Freizeitaktivitäten von Menschen vor, während oder nach einer Trennung
jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat | 19.00 Uhr

Nebenstelle des Kreisgesundheitsamtes | Treffpunkt Gesundheit Schwerte | Multifunktionsraum
Kleppingstraße 4 | 58239 Schwerte

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

Trennung/Scheidung II, Schwerte

Gespräch, Austausch und Freizeitaktivitäten von Menschen vor, während oder nach einer Trennung
jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat | 19.30 Uhr

Nebenstelle des Kreisgesundheitsamtes | Treffpunkt Gesundheit Schwerte | Multifunktionsraum
Kleppingstraße 4 | 58239 Schwerte

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

ZWAR – zwischen Arbeit und Ruhestand, Schwerte

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de

ZWAR – zwischen Arbeit und Ruhestand, Fröndenberg

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
Susanne Götz | Fon 0 23 04 / 2 40 70-22 | E-Mail susanne-goetz@kreis-unna.de