

Selbsthilfegruppen Region Winterthur und Schaffhausen

THEIL
DAS
LEBEN
KOPF?

DU BIST
NICHT ALLEIN.

AA Anonyme Alkoholiker, WI und SH
AA English-speaking meeting, SH
ACA (EKS), erwachsene Kinder v. Suchtkranken
Achromatopsie, totale Farbenblindheit, Kontakt-
netz seltene Themen
AD(H)S / POS, Eltern
ADHS, betroffene Erwachsene (auch ADS)
Adoption, erwachsene Adoptierte
Adoption, Eltern von Kindern und Jugendlichen
Adoption, Eltern von erwachsenen Adoptierten *
Alkoholabhängigkeit, Betroffene und
Angehörige (Blaues Kreuz)
Alkoholabhängigkeit, Betroffene (ISW) Δ
Alkoholkonsum – Kontrolliertes Trinken,
Betroffene
Alleinerziehende, Mütter und Väter
Angst, Betroffene, WI und SH
Angstbewältigung, Betroffene (IPW) Δ
Arbeitslos und jung, 19-30jährige Betroffene *
Atemlos – Lungenkrankheiten, Betroffene *
Aus Krisen lernen – Dialogisches Forum, Betroffene,
Angehörige, Fachleute Δ
Asperger junge Erwachsene, Angehörige von A-A
betroffenen jungen Erwachsenen (ab 17 Jahren)
Asperger Teenies, Angehörige von A-A
betroffenen Jugendlichen (10-17 Jahre)
Autismus/Asperger-Syndrom, Betroffene (ADS)
Autismus/Asperger-Syndrom, Betroffene, SH
Behinderte Kinder, Väter
Besuchsrecht nach häuslicher Gewalt, Eltern *
Bipolare Erkrankung, PartnerInnen
Bipolare Erkrankung, Angehörige/PartnerInnen*
Bipolare Erkrankung, Betroffene
Binge Eating, Betroffene, SH *
Binge Eating, Betroffene
Borderline-Persönlichkeitsstörung, Betroffene
Brustkrebs, Betroffene, WI und SH (Krebsliga)
Burnout, Betroffene
Burnout, Angehörige *
CareLeaver, ehemalige Heim-/und Pflegekinder*
Chronische Schmerzen, Betroffene Δ
Clusterkopfschmerzen, Trigeminusneuralgie
und andere Gesichtsschmerzen, Betroffene
Cushing Syndrom, Betroffene *
Cyberkriminalität und Romance Scam, Betroffene
Demenz – Betreuen und Pflegen von demenz-
kranken Angehörigen (Pro Senectute) Δ
Depression, Angehörige
Depression, Angehörige, SH *
Depression, Betroffene
Depression, Betroffene, SH *
Diabetes Typ 1, Betroffene
Down Syndrom, Kinder mit besonderem Bedürfnissen,
Eltern Δ
Drogenabhängigkeit - NA, Betroffene, WI und SH
Eierstockkrebs, Betroffene Frauen
Elektrosensible Menschen, Betroffene
Fibromyalgie, Betroffene, WI und SH
Frauen in Männerberufen
Freiwillig verwaist – Kontaktabbruch zu den Eltern, –
Erwachsene Kinder *
Freizeitclub Zeit-Insel für Menschen mit
Behinderung und deren Angehörige*

Freizeittreff 45 plus, Frauen und Männer
Freizeittreff Brennpunkt – Offener Treffpunkt
mit Charme in der Altstadt für alle (Subita) Δ
Freizeitverein Schwalbe, Freizeitaktivitäten und
Ferien für Menschen mit psychischer Beeinträchtigung
Gebärmuttererkrankung, Betroffene, SH oder WI *
Gesprächsgruppe für Menschen mit Erfahrung
mit Krankheit/Depression/einschneidenden
Lebensereignissen
Gewalt in der Kindheit, Betroffene Δ
Gewaltfreie Kommunikation, Übungsgruppe GfK
Häusliche Gewalt, betroffene Frauen, SH *
Häusliche Gewalt und Besuchsrecht, betroffene
Frauen *
Herz-Kreislauf-Krankheiten (Herzgruppen
Winterthur, Bülach, Faltigberg, Schaffhausen,
Weinland) Δ
Hirnverletzung – FRAGILE, Betroffene, WI & SH
Hochsensibilität, Betroffene *
Ichthyose, Betroffene, SH
Inkontinenz (Harn-/Stuhlinkontinenz), Betroffene *
Kontaktabbruch, Erwachsene Kinder, die den
Kontakt mit den Eltern abgebrochen haben
Kontaktabbruch, Verlassene Eltern
Kollagene und lymphozytäre Colitis,
Kontaktnetz seltene Themen
Krebserkrankungen, verschiedene Gruppen für
Betroffene und Angehörige, WI und SH
(Krebsliga)
Kuckuckskinder, betroffene erwachsene Kinder
Lebenskrisen meistern? Betroffene mit unter-
schiedlichen Themen *
Leukämie / Multiples Myelom, Betroffene und
Angehörige (Krebsliga)
Lungenkrankheiten, Betroffene *
Makuladegeneration, altersbedingt, Betroffene
(retina schweiz) Δ
Männergruppe
Migräne und Kopfschmerzen, Betroffene, SH
Mobbing überwinden, Betroffene und
Angehörige, SH/WI *
Morbus Bechterew, Betroffene, SH
Morbus Crohn, Betroffene
Morbus Menière, Betroffene
Multiple Sklerose, Betroffene
Multiples Myelom, Betroffene (Krebsliga)
Mutismus (selektiver), Eltern
NA Narcotics Anonymous, Betroffene, WI & SH
Narzisstische Menschen, PartnerInnen /
Angehörige
Neurofibromatose 1, Angehörige und Betroffene
Parental Alienation Syndrom (PAS), Eltern *
Parkinson, Betroffene, WI und SH
Patchworkfamilien, Eltern/Paare
Pflegerische und betreuende Angehörige Δ
Pneumiker, Betroffene
Polyneuropathie, Betroffene
Prostatakrebs, Betroffene u. PartnerInnen (Krebsliga)
Psychiatrieerfahrene, SHIP, SH
Psychisch Kranke, Angehörige (VASK)
Regenbogen – Leben mit dem Tod eines
Kindes, Eltern, SH
Regenbogen – Papillon, Eltern mit frühem
Kindsverlust, SH *

Restless Legs, Betroffene
Rheumatoide Arthritis, Betroffene, SH (Rheumaliga)
Romance Scam und Cyberkriminalität, Betroffene
Rüstige Rentner/innen – Wandergruppe
Sarkoidose, Betroffene
Schizophrenie/Stimmenhörende, Betroffene *
Schlafapnoe, Betroffene (Lunge Zürich) Δ
Sehbehinderte und blinde Menschen, Betroffene
(Schweiz. Blindenbund) Δ
Selbstfürsorge - sich selber liebevoll und
mitfühlend begleiten, Betroffene *
Sexueller Missbrauch in der Kindheit, Frauen
Stellenlos – Gemeinsam neue Wege finden
Kurzwanderungen, Betroffene
Sterben und Tod, am Thema interessierte ältere
Menschen, Kontaktnetz seltene Themen
Suchtprobleme, Angehörige (ISW) Δ
Stoma, Betroffene (ILCO)
Stoma, Betroffene und Angehörige (Krebsliga)
Teenager in einer existenziellen Krise, Eltern
Trauer um ein Kind, Eltern, SH
Trauer um ein Kind, Eltern *
Trauer um den Partner/die Partnerin/eine
nahestehende Person (KSW) Δ
Trennung/Scheidung, Frauen und Männer
Traumafolgestörungen, Betroffene, SH
Traumatisierung nach Leichenfund, Kontaktnetz
seltene Themen
Trigeminusneuralgie, Clusterkopfschmerzen
und andere Gesichtsschmerzen, Betroffene
Ungarischer Kultur Club, Ungarinnen und
Ungaren
Vollmondgruppe, Frauen und Männer
Zöliakie, Betroffene
Zwangsstörungen, Betroffene

Video-Selbsthilfegruppen, schweizweit:
Isolation und Einsamkeit in Zeiten der Corona-
Pandemie, Betroffene
Einsamkeit und Angst während der Corona-
Pandemie, Frauen
Als Angehörige psychisch kranke Menschen durch
die Corona-Pandemie begleiten
Psychische Erkrankung: Virtuell austauschen,
wenn es schwer fällt, unter Menschen zu gehen *
Körperlich chronisch krank: Virtueller
Austausch für Menschen, die mobilitätseinge-
schränkt sind *

* Gruppe im Aufbau

Δ von Fachstelle/Fachperson begleitete Gruppe
SH Gruppentreffen in Schaffhausen
WI Gruppentreffen in Winterthur
Keine Ortsangabe: Gruppentreffen in Winterthur

Juni 2020

SELBSTHILFEZENTRUM REGION WINTERTHUR