



SELBSTHILFE WINTERTHUR SCHAFFHAUSEN

AA Anonyme Alkoholiker, WI & SH
ACA Erwachsene aus dysfunktionalen Familien
ACHALASIE, Betroffene & Angehörige ☹
Achromatopsie, tot. Farbenblindheit, Kontaktnetz
AD(H)S, betroffene Erwachsene
AD(H)S, betroffene Erwachsene, SH ☹
AD(H)S, ELPOS-Gesprächsgruppe für Eltern, WI & SH
Adipositas – Uhu Clique, SH
Adoption, erwachsene Adoptierte
Adoption, Eltern von Kindern und Jugendlichen
Adoption, Eltern, Video-SHG
Agoraphobie, Betroffene
Alkoholabhängigkeit, Betroffene, SH Δ
Alkoholabhängigkeit, Betroffene und Angehörige (Blaues Kreuz)
Alkoholabhängigkeit, Angehörige und Nahestehende (Blaues Kreuz), SH Δ
Alkohol – Kontrolliertes Trinken AKT, Kurs für Gruppen oder Einzelpersonen, Betroffene (ISW) Δ
ALLEINERZIEHEND, getrennte Eltern ☹
ÄLTER WERDEN, Betroffene ☹
Angst und Soziale Phobien, Betroffene, Video-SHG
Angstbewältigung, Betroffene (IPW) Δ
Autismus, Betroffene, WI & SH
Autismus HF (high funktional) / AuDHS, Betroffene
Autist:innen in Studium & Wissenschaft, Video SHG
AUTISMUS HF, Jugendtreff (14-20) ☹
AUTISMUS HF / AUDHS – Betroffene, SH ☹
AUTISMUS SPEKTRUM – Eltern von Kindern, SH ☹
AUTISMUS SPEKTRUM – Eltern von Erw. 25+, SH ☹
Autismus-Spektrum, Eltern von Kindern
Autismus-Spektrum, Eltern von Teenies (10-17)
Autismus-Spektrum, Eltern von Jugendlichen (17+)
Autismus-Spektrum, Partner:innen
Autismus-Spektrum, Eltern & Partner:innen, SH
Behinderte Kinder, Väter
BEHINDERTE ERWACHSENE KINDER, Eltern SH ☹
Bipolare Erkrankung, Betroffene
BIPOLARE ERKRANKUNG, Betroffene, SH ☹
Bipolare Erkrankung, Eltern
Borderline, Betroffene
Borderline, Angehörige
Brustkrebs, Betroffene, WI & SH
Burnout, Betroffene
Careleaver, ehemalige Heim- und Pflegekinder
Chronische Schmerzen, Betroffene Δ
Chronische Erkrankung, Betroffene
Clusterkopfschmerzen, Trigeminusneuralgie und andere Gesichtsschmerzen, Betroffene
CRPS, komplexes regionales Schmerzsyndrom
Betroffene
Cushing Syndrom, Betroffene
Cyberkriminalität / Romance Scam, Betroffene
Demenz, Angehörige (Pro Senectute) Δ
Demenz, Angehörige
Depressionen & Ängste, «traurig, aber stabil», junge Betroffene bis 25
Depression, Angehörige
Depression, Betroffene, WI & SH
Diabetes Typ 1, Betroffene
Ehlers-Danlos-Syndrom (EDS&HSD), Betroffene
Elternsein mit einer psychischen Erkrankung
Eltern-Kind-Entfremdung (PAS), Eltern, Video-SHG

Emetophobie, Betroffene
Endometriose, Betroffene
Endometriose, Betroffene, SH
ERSCHÜTTERUNG – wenn das Leben auf einmal aus den Fugen gerät, Betroffene u. Angehörige ☹
FAMILIÄRES SCHWEIGEN ☹
Fehlgeburt in der frühen Schwangerschaft (bis 12. Woche) – Butterfly, Betroffene Frauen
Fibromyalgie, Betroffene, WI & SH
Frauen in Männerberufen – Netzwerk Handwerk
Frauentreff, Vernetzung mit Zmorge
Freizeittreff 45 plus
Freizeit- & Gesprächsgruppe Sunflower
Freizeittreff Steibi 18 – Offener Treffpunkt, Subita Δ
Freizeitverein Schwalbe, Freizeitaktivitäten und Ferien für Menschen mit psychischer Beeinträchtigung
Gesprächsgruppe, Erfahrene mit Krankheiten/ Depression/einschneidenden Lebensereignissen
Gesprächsgruppe «zwischenmenschliche Beziehungen gestalten»
Gewalt in der Kindheit, Betroffene
Häusliche Gewalt, betroffene Frauen, Video-SHG
Herz-Kreislauf-Krankheiten (Herzgruppen Winterthur, Bülach, Faltigberg, Schaffhausen, Weinland) Δ
Hirnverletzung, Betroffene (FRAGILE) WI & SH
Histaminintoleranz und MCAS, Betroffene
Hochsensibilität, Betroffene SH & WI
Inkontinenz (Harn-/Stuhlinkontinenz), Betroffene
Introvertiert, Betroffene
JUGENDLICHE, DIE GRENZEN TESTEN, Eltern ☹
Trans, non-binär, intergeschlechtlich - WINTI-Bubble, Treff für Betroffene
KINDERFREI LEBEN (BEWUSST) ☹
Kontaktabbruch zu den Eltern, erwachsene Kinder, die den Kontakt zu den Eltern abgebrochen haben
Kontaktabbruch, Verlassene Eltern. WI & SH
Kollagene und lymphozytäre Colitis, Einzelaustausch
Krebserkrankungen, verschiedene Gruppen für Betroffene und Angehörige (Krebsliga), WI & SH
Kuckuckskinder, betroffene erwachsene Kinder
Lichen Sclerosus, Betroffene
LGBTIQ+ Queerterthür, Treff für queere Menschen
Long Covid, Betroffene
Long Covid & ME/CFS, Betroffene, Video-SHG
LONG COVID & ME/CFS, Betroffene, SH ☹
Lungenkrankheiten – Einzelaustausch für Junge
Lungenkrankheiten – Pneumiker IG
Makuladegeneration, altersbedingt, Betroffene (retina schweiz) Δ
Mastzellaktivierungserkrankungen und Histaminintoleranz, Betroffene, Marthalen
Männergruppe
MÄNNERGRUPPE – MANN, TUT DAS GUT! ☹
Messie-Syndrom / Pathologisches Horten, SH
Migräne/Kopfschmerzen, Betroffene
Mobbing überwinden, Betroffene, Angeh, SH/WI
Morbus Bechterew, Betroffene, SH
Morbus Crohn, Betroffene
Mutismus (selektiver), Eltern, Einzelaustausch
Myalgische Enzephalomyelitis, Video-SHG
Nahrungsmittelallergien, Eltern & Betroffene
NA Narcotics Anonymous, Betroffene, WI & SH

Narzissmus, (Ex-)Partner:innen
Narzissmus, erw. Kinder von narzisst. Eltern
Nice-Guy-Syndrom, Buchclub, Betroffene
Neurofibromatose 1, Angehörige und Betroffene
Pädophilie, Angehörige, SH
Parkinson, Betroffene, WI & SH
Pathologisches Horten, Betroffene, SH
Pneumiker, Betroffene
Polyneuropathie, Betroffene
Psychisch Kranke, Angehörige (VASK), WI & SH
Psychose, Betroffene
Recovery Dialog Winterthur – Dialogisches Forum
Betroffene, Angehörige, Fachleute Δ
Rheumatoide Arthritis, Betroffene, SH
RHEUMATOIDE ARTHRITIS, Betroffene ☹
Restless Legs, Betroffene
Romance Scam / Cyberkriminalität, Betroffene
Schizophrenie/Stimmenhören, Betroffene, WI & SH
SCHLAFAPNOE, Betroffene ☹
Schwangerschaftsabbruch, Frauen
SCHWERHÖRIGKEIT, jüngere Betroffene bis ca. 65J. ☹
Sehbehinderte und blinde Menschen, Betroffene (Schweiz. Blindenbund) Δ
Sexueller Missbrauch in der Kindheit, Betroffene
SEXUELLER MISSBRAUCH IN DER KINDHEIT innerhalb der Familie, Betroffene ☹
SEXUELLER MISSBRAUCH IM ERWACHSENENALTER ☹
Stellenlos – Gemeinsam neue Wege entdecken, Kurzwanderungen, Betroffene
Spiritueller Missbrauch in Freikirchen
Sterben und Tod, am Thema interessierte ältere Menschen, Einzelaustausch
Suchtprobleme, Angehörige (ISW) Δ
Suizidbetroffene, geleitete Treffen Δ
Stoma, Betroffene (ILCO)
Teenager/Junge: Ambulante Skillsgruppe (ipw) Δ
Trauer um ein Kind (Regenbogen), Eltern, WI & SH
Trauer um ein Kind – Papillon (Regenbogen), früher Kindsverlust, Eltern, SH
Trauer, Sternenkinder, Eltern
Trauer um Partner:in/Nahestehende (KSW) Δ
Trauernde, Treffpunkt (Krebsliga) SH
Traumafolgestörungen, Frauen, Video-SHG
TRAUMAFOLGESTÖRUNGEN, Frauen ☹
TRAUMA bewältigen, Männer ☹
Traumatisierung nach Leichenfund, Einzelaustausch
Trennung/Scheidung, Betroffene
Vater und Mann sein heute, Betroffene
VERLUST EINES ELTERNTEILS in der Kindheit/Jugend, erwachsene Betroffene ☹
WEITERKOMMEN ☹
Zwangsstörungen, Frauen
Zwangsstörungen, Männer

11/2025

☹ GRUPPE IM AUFBAU

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