

# SELBST HILFE GRUPPEN

in Ostwürttemberg

Auflage  
**2020/21**

**KIGS** 

KONTAKT- UND INFOSTELLE gesundheitliche  
Selbsthilfegruppen bei der AOK Ostwürttemberg

# Notrufnummern

**Polizei Notruf 110**

---

**Feuerwehr Rettungsdienst 112**

---

**Ärztlicher Bereitschaftsdienst 116 117**

---

**Telefonseelsorge 116 123**

---

**Hotline für Opfer  
von Verbrechen 116 006**

---

## Grußwort

Selbsthilfe – ein starkes Netz!



In den letzten Monaten haben wir alle erlebt, wie wichtig Gespräche, der Austausch untereinander und gegenseitige Rücksicht sind. Wir brauchen den persönlichen Kontakt und Menschen, die zuhören. Dann lässt sich manche Sorge, Erkrankung und begleitende Einschränkung leichter bewältigen.

Die Selbsthilfe ergänzt das professionelle Gesundheitssystem. Menschen mit dem gleichen gesundheitlichen Schicksal finden in Selbsthilfegruppen zusammen. Sie unterstützen sich solidarisch und ehrenamtlich. Die Betroffenen finden Halt im Netzwerk der Gruppen, indem sie sich austauschen und von Erfahrungen anderer lernen. Resignation, so lautet die Botschaft, ist kein Ausweg. Stattdessen aktiv sein, sich nicht unterkriegen lassen, sich gegenseitig unterstützen.

Bei der AOK steht der Mensch im Mittelpunkt. Wir engagieren uns schon seit über 30 Jahren für die Selbsthilfe in Ostwürttemberg. Die Kontakt- und Informationsstelle für gesundheitliche Selbsthilfegruppen (KIGS) und die Arbeit der Selbsthilfegruppen in der Region unterstützen wir sehr gerne!

Die Ansprechpartnerinnen der Kontakt- und Informationsstelle für gesundheitliche Selbsthilfegruppen bei der AOK Ostwürttemberg (KIGS) haben für Sie in dieser Broschüre Informationen zu Selbsthilfegruppen zusammengestellt. Die KIGS hilft beispielsweise Betroffenen und ihren Angehörigen bei der Suche nach einer passenden Gruppe, vermittelt Kontaktpersonen, unterstützt bei der Neugründung von Selbsthilfegruppen oder bei der Organisation von Veranstaltungen.

Für Ihre Fragen stehen die Mitarbeiterinnen gerne zur Verfügung – einfach melden!

Es grüßt Sie herzlich  
Martin Kerler

Stv. Geschäftsführer  
AOK – Die Gesundheitskasse  
Ostwürttemberg

## Kontakt- und Informationsstelle für gesundheitliche Selbsthilfegruppen (KIGS)

### Wer sind wir?

Für den Ostalbkreis und den Landkreis Heidenheim ist die Selbsthilfekontaktstelle bei der AOK Ostwürttemberg angesiedelt. Ratsuchende werden von Mitarbeiterinnen des Sozialen Dienstes persönlich oder telefonisch beraten.

Haben Sie kein passendes Angebot gefunden?  
Möchten Sie eine Selbsthilfegruppe gründen?  
Gibt es Änderungen bei den bestehenden Gruppen?  
Wenden Sie sich an Ihre KIGS Ostwürttemberg:



**Anette Melchinger**  
Dipl.-Sozialpädagogin (BA)



**Nicole Pietrosante**  
B.A. Sozialpädagogin (DH)



**Teresa Rieg**  
B.A. Sozialpädagogin (DH)

Wiener Straße 8  
73430 Aalen

Telefon: 07361 584-574  
Telefax: 07361 584-91177

kigs-ostwuerttemberg@bw.aok.de  
www.kigs-ostwuerttemberg.de

## Was bietet die KIGS?

- \* Unterstützung und Beratung bei der Gründung von Selbsthilfegruppen
- \* Informationen zu Pauschal- und Projektförderung und finanzielle Unterstützung
- \* Infrastrukturelle Hilfen, z. B. Räumlichkeiten, Verleih technischer Medien (Laptop, Beamer, Medienkoffer etc.)
- \* Anlaufstelle bei Schwierigkeiten und Konflikten in der Gruppe
- \* Unterstützung bei der Öffentlichkeitsarbeit
- \* Interessenvertretung der Selbsthilfe, z. B. in Arbeitskreisen
- \* regelmäßige Gesamttreffen für alle Selbsthilfegruppen in den Regionen Aalen, Heidenheim, Schwäbisch Gmünd
- \* Organisation und Durchführung gemeinsamer Aktionen mit der Selbsthilfe, z. B. Med&More-Veranstaltungen

## Was bedeutet Selbsthilfe?

Die gesundheitliche Selbsthilfe ergänzt durch Erfahrungen von Betroffenen das professionelle Gesundheitssystem. Selbsthilfe bedeutet, die eigenen Probleme selbst in die Hand zu nehmen und aktiv, im Rahmen der eigenen Möglichkeiten, nach Lösungswegen zu suchen.

Selbsthilfe wirkt, weil ...

- \* Gleichbetroffene Verständnis aufbringen
- \* Ein gemeinsames Thema verbindet
- \* Alle Teilnehmenden gleichgestellt sind
- \* Besprochenes vertraulich bleibt
- \* Zugehört wird ohne zu werten
- \* Ein regelmäßiger Austausch stattfindet
- \* Man nicht alleine ist und gemeinsam vieles leichter wird

## Wie ist die Broschüre aufgebaut?

- \* Die Gruppen sind zu den einzelnen Themen und Krankheitsbildern zusammengefasst. Diese sind alphabetisch sortiert.
- \* Gruppen für Angehörige (zum Beispiel Eltern) finden sich jeweils unter den entsprechenden Krankheitsbildern.
- \* Nähere Informationen erhalten sie direkt bei den Gruppen und Kontaktpersonen.
- \* Neben Selbsthilfegruppen sind weitere Gesprächsangebote aufgeführt, die zum Teil nicht ehrenamtlich geleitet werden.
- \* Die Auflistung in diesem Wegweiser ist nicht abschließend.

Selbsthilfegruppenbroschüren sind stets eine Momentaufnahme von Angeboten zu einem bestimmten Zeitpunkt. Änderungen können sich bereits während des Drucks ergeben.

Die aktuellste Auflistung der regionalen Selbsthilfegruppen sowie der weiteren gesundheitlichen Hilfsangebote finden Sie im Internet:

[www.kigs-ostwuerttemberg.de](http://www.kigs-ostwuerttemberg.de)

## Adipositas

SHG Adipositas Aalen (chirurgisch)  
Uwe Sauer  
0170 8529336  
07361 8098259

## Alkohol- abhängigkeiten

Siehe unter Suchterkrankungen

## Alleinerziehende

Solotutti – AlleinErziehendenTreff  
Schwäbisch Gmünd  
c/o a.l.s.o. e.V.  
Martien de Broekert  
07171 10411022  
*m.debroekert@alsogmuend.de*  
*www.alsogmuend.de*

## Anfallsleiden

Siehe unter Epilepsie

## Angehörige

Siehe unter Pflegende Angehörige,  
Psychische Erkrankungen, Suchterkrankungen  
und unter Trauer

## Ängste

Siehe unter psychische Erkrankungen

## Aphasie

SHG Aphasie Heidenheim  
Hermine Gutmair  
07321 46153

Siehe auch unter Schlaganfall

## Arthrose

Siehe unter Rheuma und Rheumatoide Arthritis

## Asthma

**Kontaktperson (keine Gruppentreffen)**  
Elterninitiative „Kinder mit Asthma“  
Sonja Bäurle  
07365 5964  
*Sonja1111@gmx.net*

## Atemwegs- erkrankungen

Siehe unter Sauerstoff-Therapie

## Aufmerksamkeits- defizitsyndrom mit/ohne Hyperaktivität

ADHS/ADS – Gesprächskreis  
Schwäbisch Gmünd  
Eltern- sowie Erwachsenengruppe  
Regionalgruppe des ADHS Deutschland e.V.  
Bernhard Lange  
07171 9223332 (AB)  
*rg.schwaebisch-gmuend@adhs-deutschland.de*

## Autismus und Asperger- Syndrom

SHG Autismus Ostalb  
Andreas Kapfer  
*ilanka@gmx.de*

## Autoimmun- erkrankungen

Siehe unter Kollagenosen und Multiple Sklerose

## Behinderungen

Siehe unter Menschen mit Behinderungen

## Bindegewebs- erkrankungen

Siehe unter Kollagenosen

## Blasenkrebs

Siehe unter Krebserkrankungen

## Blindheit

Kath. Blinden-/Sehbehindertenwerk (KBSW)  
Baden-Württemberg e.V.  
Regionalgruppe Aalen  
Helga Lübbe  
07361 66993

Allg. Blinden- und Sehbehindertenhilfe (ABSH) e.V.  
Regionalgruppe Ostalb-Hohenlohe  
Jürgen Dreher  
07964 3173

Blinden- und Sehbehindertenverband  
Württemberg e.V.  
Bezirksgruppe Ostalb  
Rotraud Klingner  
07171 1044694  
*ostalb@bsv-wuerttemberg.de*  
*www.bsv-wuerttemberg.de*

## Borreliose

Kontaktperson (keine Gruppentreffen)  
Borreliose-Patienteninitiative  
Heidenheim  
Günther Binnewies  
07328 919000  
[guebin@t-online.de](mailto:guebin@t-online.de)

## Brustkrebs

Siehe unter Krebserkrankungen

## Burnout

Siehe unter psychische Erkrankungen

## Chronisches Erschöpfungs-syndrom

CFS-Ostalb  
SHG für Chronisches Erschöpfungssyndrom  
[cfs-ostalb@t-online.de](mailto:cfs-ostalb@t-online.de)

## Colitis Ulcerosa

Siehe unter Darmerkrankungen

## COPD

Siehe unter Sauerstoff-Therapie

## Darmerkrankungen

COMO Ostalb Aalen  
0151 16144559  
[hartmann-aalen@t-online.de](mailto:hartmann-aalen@t-online.de)

COMO Schwäbisch Gmünd  
07171 795150  
[evriedl@t-online.de](mailto:evriedl@t-online.de)  
[www.como-gmuend.jimdofree.com](http://www.como-gmuend.jimdofree.com)

## Darmkrebs

Siehe unter Krebserkrankungen

## Demenz

Siehe auch unter Pflegende Angehörige -  
Gesprächskreise für pflegende Angehörige von  
demenzkranken Menschen

Belisa Böbingen  
Christine Bart  
07173 7102802  
[belisa@elisabethenverein-boebingen.de](mailto:belisa@elisabethenverein-boebingen.de)  
[www.elisabethenverein-boebingen.de](http://www.elisabethenverein-boebingen.de)

## Depressionen

Siehe unter psychische Erkrankungen

## Diabetes Mellitus

Diabetiker, insulinpflichtig, Aalen  
Gisela Gramlich  
07361 32166  
0171 4844430  
[info@jagd-gramlich.de](mailto:info@jagd-gramlich.de)

Diabetiker Treff Bopfingen  
R. Feldmann  
07362 4733

Diabetiker SHG Ellwangen  
Walter Egner  
07961 6696  
[egner@web.de](mailto:egner@web.de)

Diabetiker-SHG Landkreis Heidenheim  
Elfriede Junginger  
07321 71160

Diabetiker-SHG Schwäbisch Gmünd  
Ingrid Mangiapane  
07171 30540

## Drogen-abhängigkeiten

Siehe unter Suchterkrankungen

## Endometriose

Kontaktperson (keine Gruppentreffen)

Theresia Eisele  
07171 75084

## Epidermolysis Bullosa

Siehe unter Hauterkrankungen

## Epilepsie

SHG Epilepsie Aalen  
Leni Hanßen  
07361 5280947  
*leni.hanssen@gmx.de*  
*www.lv-epilepsie-bw.de*

SHG für Anfallsranke Heidenheim  
Charlotte Rollwagen  
07321 4891339

SHG für Anfallsranke in Schwäbisch Gmünd  
und Umgebung e.V.  
*shg-epi-ps@outlook.de*  
*www.epilepsie-gd.de*

## Fibromyalgie

SHG Fibromyalgie Ellwangen I  
Rheuma-Liga Baden-Württemberg e.V.  
Edeltraud Kühn  
07961 9246589  
*t.kuehn@rheuma-liga-bw.de*  
*www.rheuma-liga-bw.de*

SHG Fibromyalgie Ellwangen II  
Rheuma-Liga Baden-Württemberg e.V.  
Anna Pfitzer  
07961 3601  
*anna.pfitzer@kabelbw.de*  
*www.rheuma-liga-bw.de*

SHG Fibromyalgie und seltene rheumatische  
Erkrankungen Heidenheim und Neresheim  
Rheuma-Liga Baden-Württemberg e.V.  
Beatriz Wietzorek  
07326 919705  
*b.wietzorek@rheuma-liga-bw.de*  
*www.rheuma-liga-bw.de*

SHG Fibromyalgie Schwäbisch Gmünd  
Rheuma-Liga Baden-Württemberg e.V.  
Regina Bohm  
07171 41201  
*www.rheuma-liga-bw.de*

SHG Fibromyalgie Schwäbisch Gmünd  
Reiner Bindemann  
07171 40895  
*joerg-reiner-bindemann@t-online.de*

Siehe auch unter Rheuma

## Frühgeborene

Frühchen Schwäbisch Gmünd  
Stefanie Nagel  
07171 999116  
*steffi@louiskleinewelt.de*

# G

## Gehörlos

Zentrum für Hörbehinderte  
Initiative Schlüssel für Alle e.V.  
Heidenheim  
Fax: 07321 3155506  
*info@initiative-schluessel-fuer-alle.de*  
*www.initiative-schluessel-fuer-alle.de*

Hörgeschädigtenverein Schwäbisch Gmünd  
*hgt.gmuend@gmail.com*  
*www.hgv-gd-ostalb.jimdofree.com*

SHG Gehörlose Senioren Schwäbisch Gmünd  
Fax: 07171 44825  
*berthold.ilg@freenet.de*

**Gefäßentzündungen** Siehe unter Vaskulitis

**Geistige Behinderungen** Siehe unter Menschen mit Behinderungen

**Gelenkerkrankungen** Siehe unter Fibromyalgie, Rheuma und Rheumatoide Arthritis

**Gendefekte** **Kontaktperson (keine Gruppentreffen)**  
Interessengemeinschaft Sturge-Weber-Syndrom  
Daniela Hitzler  
07972 8814945  
*daniela.hitzler@sturge-weber.de*  
*www.sturge-weber.de*

**Kontaktperson (keine Gruppentreffen)**  
Ullrich-Turner-Syndrom  
Caroline Zeller  
0174 9908664

**Gesprächskreise für Pflegende Angehörige** Siehe unter Pflegende Angehörige

## Hauterkrankungen

**Kontaktperson (keine Gruppentreffen)**  
Epidermolysis Bullosa  
Holger Schmid  
07365 6614

## Herzerkrankungen

HerzKinder Ostalb  
Stefanie Löhner  
01573 5212965

Nadine Vogel  
01575 2269960  
*herzkinder.ostalb@gmx.de*

## Hinterbliebene

Siehe unter Trauer

## Hörschädigungen

Siehe unter Gehörlos

## Hypertonie (pulmonal)

**Kontaktperson (keine Gruppentreffen)**  
Pulmonale Hypertonie (PH e.V.)  
Herrmann Kopp  
07361 76822

## Hypophysenschwäche

Siehe unter Schilddrüsenüber-/unterfunktion

## Inklusion

Siehe unter Menschen mit Behinderungen und unter psychische Erkrankungen



## **K** **Kehlkopflöse** **Kehlkopfooperierte**

SHG der Kehlkopflösen und Kehlkopfooperierten  
Heinz Ebert  
07366 6683  
[www.kehlkopflöse-ostalb.de](http://www.kehlkopflöse-ostalb.de)

## **Kinderlähmung**

Siehe unter Poliomyelitis/Post-Polio-Syndrom

## **Kindstod**

Sternschnuppe  
Initiative REGENBOGEN  
„Glücklose Schwangerschaft“ e.V.  
Conny Zappe  
07171 81558  
0176 22503121  
[conny-72@web.de](mailto:conny-72@web.de)

Siehe auch unter Plötzlicher Kindstod,  
Trauer und Verwaiste Eltern

## **Kollagenosen**

SHG Kollagenosen Schwäbisch Gmünd  
Rheuma-Liga Baden-Württemberg e.V.  
07176 2517

## **Körper- behinderungen**

Siehe unter Menschen mit Behinderungen

## **Krebserkrankungen**

Blasenkrebs

SHG Blasenkrebs Schwäbisch Gmünd  
Theo Heidenreich  
07161 52563  
[heidenreichgmbh@t-online.de](mailto:heidenreichgmbh@t-online.de)

## **Krebserkrankungen**

Darmkrebs und  
Stomaträger

Gruppe Aalen - Schwäbisch Gmünd  
Deutsche ILCO e.V.  
Gerhard Winkler  
07367 920247  
[gerhard.winkler@kabelbw.de](mailto:gerhard.winkler@kabelbw.de)  
[www.ilco.de](http://www.ilco.de)

Gruppe Heidenheim  
Deutsche ILCO e.V.  
Ingeborg Wieland  
07321 24521  
[inge.wieland@t-online.de](mailto:inge.wieland@t-online.de)

Gruppe Wört und Umgebung  
Deutsche ILCO e.V.  
Manfred Koch  
07962 2539

Dieter Belschner  
07951 22107  
[www.ilco.de](http://www.ilco.de)

## **Krebserkrankungen**

Frauen und Männer

Frauen nach Krebs Aalen  
Jutta Schnizler  
07361 44170  
[starkefrauennachbrustkrebs@web.de](mailto:starkefrauennachbrustkrebs@web.de)

Frauensebsthilfe nach Krebs  
(Männer und Frauen) in Bopfingen  
Bettina Martin  
07362 956499 (ab 18 Uhr)  
[bet.martin@t-online.de](mailto:bet.martin@t-online.de)

Erika Eisenhut  
07362 3413  
[erika.eisenhut@t-online.de](mailto:erika.eisenhut@t-online.de)

Frauensebsthilfe Krebs e.V.  
Gruppe Heidenheim  
Susanne Mandl  
07321 20277  
[s.mandl@arcor.de](mailto:s.mandl@arcor.de)  
[www.frauensebsthilfe.de/gruppen/  
heidenheim.html](http://www.frauensebsthilfe.de/gruppen/heidenheim.html)

Offener Gesprächskreis (OGK)  
für Frauen nach Krebs Schwäbisch Gmünd  
Elisabeth Stanislowski  
07174 5918

**K**

# K

Gesprächskreis krebsoperierter Frauen  
Schwäbisch Gmünd  
Christiane Schwager  
07171 81652

## Krebserkrankungen

Leukämie und Lymphome

SHG Leukämie und Lymphome  
Schwäbisch Gmünd  
Dr. Hans Gruninger  
0173 3418892

Cornelia Jäger  
07173 915030  
[jaegercornelia@t-online.de](mailto:jaegercornelia@t-online.de)  
[www.shg-leukaemie-lymphome-gd.de](http://www.shg-leukaemie-lymphome-gd.de)

## Krebserkrankungen

Prostatakrebs

SHG Prostata Aalen g.V.  
Roland Rieger  
07361 43857  
[roland@rakker.de](mailto:roland@rakker.de)

SHG Prostatakrebs Schwäbisch Gmünd  
Klaus-Peter Sorg  
07173 3811  
[Klaussorg@gmx.de](mailto:Klaussorg@gmx.de)

## Kriminalitätsoffer

Kontaktperson (keine Gruppentreffen)  
Weißer Ring Heidenheim  
0151 50664515

## Lipödeme Lymphödeme

SHG Lily Kocher Jagst  
Caroline Grandy  
07361 8128225

Barbara Rossmann  
0170 8315370  
[lily-kocher-jagst@web.de](mailto:lily-kocher-jagst@web.de)  
[www.lilykocherjagst.wordpress.com](http://www.lilykocherjagst.wordpress.com)

SHG Lily Schwäbisch Gmünd  
Martina Heiß  
07171 8762282  
01525 3945923  
[shg-lily-gd@gmx.de](mailto:shg-lily-gd@gmx.de)  
<https://shg-lily-schwaebisch-gmuend.de/tl>

Siehe unter Sauerstoff-Therapie

## Lungen- erkrankungen

## Menschen mit Behinderungen

Pelikan-Club  
offener Treff für Menschen mit und ohne  
Behinderung  
Brigitte Hofmann  
07361 370510  
[hofmann@diakonieverband-ostalb.de](mailto:hofmann@diakonieverband-ostalb.de)

Selbsthilfe Inklusion  
Regina Müller-Baumann  
0162 9612024  
[abt.mueller-baumann@web.de](mailto:abt.mueller-baumann@web.de)

Aktion „Freunde schaffen Freude e.V.“  
Inge Grein-Feil  
07327 5405  
[info@fsf-ev.de](mailto:info@fsf-ev.de)

# M

JuLe (Junge Lebenshilfe) Schwäbisch Gmünd  
Selbsthilfe für Eltern von Eltern behinderter  
Kinder oder die ein behindertes Kind erwarten  
Tanja Rosenstein  
07171 182515  
[tanja.rosenstein@gmail.com](mailto:tanja.rosenstein@gmail.com)

**Kontaktperson (keine Gruppentreffen)**  
Lebenshilfe Schwäbisch Gmünd e.V.  
Jörg Sadowski  
07171 186220  
[info@lhgmuend.de](mailto:info@lhgmuend.de)  
[www.lhgmuend.de](http://www.lhgmuend.de)

Lebenshilfe Heidenheim e.V.  
Angebot für Menschen mit Behinderung  
und Angehörige  
Susanne Schienle  
07321 348205  
[www.lebenshilfe-hdh.de](http://www.lebenshilfe-hdh.de)

Lebenshilfe Aalen e.V.  
Angebot für Menschen mit Behinderung  
und Angehörige  
Susanne Schienle  
07361 78092100  
[www.lebenshilfe-aalen.de](http://www.lebenshilfe-aalen.de)

## Migräne

SHG Migräne Aalen  
Margit Bösmann  
07361 71874  
[margit.boesmann@gmx.de](mailto:margit.boesmann@gmx.de)

## Morbus Basedow

Siehe unter Schilddrüsenüber-/unterfunktionen

## Morbus Crohn

Siehe unter Darmerkrankungen

## Morbus Meniere

SHG Meniere  
Elke Ebinger  
07172 911675  
[meniere.lorch@gmail.com](mailto:meniere.lorch@gmail.com)

## Multiple Sklerose

AMSEL – Kontaktgruppe Aalen  
Edeltraud Strobel  
07361 970412  
[aalen@amsel.de](mailto:aalen@amsel.de)  
[www.aalen.amsel.de](http://www.aalen.amsel.de)

AMSEL – Kontaktgruppe Heidenheim  
Jutta Hönig  
07322 23311  
[jutta@hoenig-giengen.de](mailto:jutta@hoenig-giengen.de)

AMSEL – Kontaktgruppe Schwäbisch Gmünd  
Eberhard Bauder  
Thomas Jann  
[schwaebisch-gmuend@amsel.de](mailto:schwaebisch-gmuend@amsel.de)  
[www.amsel.de/schwaebisch-gmuend](http://www.amsel.de/schwaebisch-gmuend)

## Nahrungsmittel- unverträglichkeiten

SHG HIT – Histaminintoleranz und weitere  
Nahrungsmittelunverträglichkeiten  
Schorndorf / Stuttgart  
Angelika Trump  
07181 68700  
[info@shg-hit.de](mailto:info@shg-hit.de)  
[www.shg-hit.de](http://www.shg-hit.de)

DZG Zöliakiegruppe  
Kinder und Jugendliche  
Sabine Rinke  
07175 7865  
[glutenfrei-goeppingen-schwaebischgmuend-kinder@kp-dzg-online.de](mailto:glutenfrei-goeppingen-schwaebischgmuend-kinder@kp-dzg-online.de)

## Neurologische Erkrankungen

### Rehabilitation

Kontaktperson (keine Gruppentreffen)

BDH  
Kreisverband Heidenheim-Aalen  
Corinna Riedeberger  
07321 3079094  
[www.bdh-heidenheim-aalen.de](http://www.bdh-heidenheim-aalen.de)

## Osteoporose

Rheuma-Liga Aalen  
Osteoporose Gesprächskreis (nach der Therapie)  
07365 356 (AB)

Osteoporose SHG Ostalb (OSO)  
Regine Wilky  
07171 42156

## Parkinson

DRK Parkinson Treff  
Aalen und Bopfingen  
Wolfgang Klaschka  
07361 951240  
[wolfgang.klaschka@drk-aalen.de](mailto:wolfgang.klaschka@drk-aalen.de)

SHG Parkinson  
Regionalgruppe Heidenheim  
Günter Lanzinger  
09077 1581

SHG Parkinson  
Regionalgruppe Schwäbisch Gmünd  
Mathilde Tobias  
07171 7799526  
[matopark@web.de](mailto:matopark@web.de)  
[www.parkinson-vereinigung.de](http://www.parkinson-vereinigung.de)

## Pflegende Angehörige

### Gesprächskreise

Sozialstation St. Martin gGmbH  
Gesprächskreis für Pflegende Angehörige Aalen  
Christine Class  
07361 32183  
[info@christine-class.de](mailto:info@christine-class.de)

Sozialstation Abtsgmünd  
Gesprächskreis für pflegende Angehörige  
Helga Weller  
07366 96330  
[www.sozialstation-abtsgmuend.de](http://www.sozialstation-abtsgmuend.de)

Sozialstation St. Martin gGmbH  
Gesprächskreis für Pflegende Angehörige  
Ellwangen  
Christine Class  
07361 32183  
[info@christine-class.de](mailto:info@christine-class.de)

Krankenpflegeverein Gerstetten  
Gesprächskreis für Pflegende Angehörige  
Martina Müller  
07323 4799  
[www.krankenpflegeverein-gerstetten.de](http://www.krankenpflegeverein-gerstetten.de)

Beratung und Begleitung  
für Pflegende Angehörige  
Monika Albrecht-Groß  
07322 933780  
[pflegende.angehoerige@diakonie-krankenpflege-giengen.de](mailto:pflegende.angehoerige@diakonie-krankenpflege-giengen.de)

Gesprächskreis Pflegende Angehörige  
Regionalgruppe Schwäbisch Gmünd  
Egon Behr  
0151 26619730  
[egon.behr@web.de](mailto:egon.behr@web.de)

Sonja Hoffmann  
0177 7847151  
[s\\_hoffmann@mail.de](mailto:s_hoffmann@mail.de)

## **Pflegende Angehörige**

Gesprächskreise für pflegende Angehörige von demenzerkrankten Menschen

Sozialstation Abtsgmünd gGmbH  
Gesprächskreis für Angehörige von demenzerkrankten Menschen  
Susanne Wirth  
07366 96330  
[www.sozialstation-abtsgmuend.de](http://www.sozialstation-abtsgmuend.de)  
[info@sst-abtsgmuend.de](mailto:info@sst-abtsgmuend.de)  
[s.wirth@sst-abtsgmuend.de](mailto:s.wirth@sst-abtsgmuend.de)

Ökumenische Sozialstation Heidenheim  
Gesprächscfé Alter und Demenz  
07324 207437  
[www.sozialstation-hdh.de](http://www.sozialstation-hdh.de)

Ökumenische Sozialstation Giengen  
Gesprächscfé Alter und Demenz  
0173 9061444  
[www.sozialstation-giengen.de](http://www.sozialstation-giengen.de)

DRK Kreisverband Schwäbisch Gmünd e.V.  
AfA (Austausch für Angehörige von Menschen mit Demenz)  
07171 350684  
[demenzberatung@drk-gd.de](mailto:demenzberatung@drk-gd.de)  
[www.drk-gd.de](http://www.drk-gd.de)

## **Pflegende Angehörige**

Pflegestützpunkte – Informationsberatung zu Pflege- und Versorgungssituationen

**Kontaktperson (keine Gruppentreffen)**  
Pflegestützpunkt Landkreis Heidenheim  
07321 3212424  
[pflegestuetspunkt@landkreis-heidenheim.de](mailto:pflegestuetspunkt@landkreis-heidenheim.de)  
[www.landkreis-heidenheim.de](http://www.landkreis-heidenheim.de)

**Kontaktperson (keine Gruppentreffen)**  
Pflegestützpunkt Ostalbkreis  
07361 503 1820  
[pflegestuetspunkt@ostalbkreis.de](mailto:pflegestuetspunkt@ostalbkreis.de)  
[www.pflegestuetspunkt.ostalbkreis.de](http://www.pflegestuetspunkt.ostalbkreis.de)

## **Plötzlicher Kindstod**

**Kontaktperson (keine Gruppentreffen)**  
GEPS – Gemeinsame Elterninitiative plötzlicher Säuglingstod  
Anne Bannert  
07362 4201

Siehe auch unter Kindstod, Trauer und Verwaiste Eltern

## **Poliomyelitis/ Post-Polio-Syndrom**

SHG Post-Polio-Syndrom  
Göppingen – Schwäbisch Gmünd  
Rosalinde Siegele  
07161 57625

## **Prostatakrebs**

Siehe unter Krebserkrankungen

## **Psychische Erkrankungen**

Diakonieverband Ostalb  
Kontaktgruppe  
Brigitte Hofmann  
07361 370510  
[hofmann@diakonieverband-ostalb.de](mailto:hofmann@diakonieverband-ostalb.de)  
[www.diakonie-ostalbkreis.de](http://www.diakonie-ostalbkreis.de)

Verein für seelische Gesundheit e.V. Aalen  
Betreuer Treff für psychisch kranke Menschen  
07365 5129  
[www.temo-markt.de](http://www.temo-markt.de)

SHG von Angehörigen psychisch Kranker Aalen  
[viktorialeit@web.de](mailto:viktorialeit@web.de)

Freunde u. Förderer der Aalener Psychosomatik e.V.  
Gesprächskreis 1, 2, 3 in Aalen  
Stefan Egelhof  
0176 12036270

Emotions Anonymous (EA)  
SHG für emotionale und seelische Gesundheit  
Gruppe Ellwangen  
07961 2565  
[www.ea-selbsthilfe.net](http://www.ea-selbsthilfe.net)

# P

Emotions Anonymous (EA)  
SHG für emotionale und seelische Gesundheit  
Gruppe Schwäbisch Gmünd  
Albert Seitzer  
07171 9083568  
[www.ea-selbsthilfe.net](http://www.ea-selbsthilfe.net)

SHG Begegnung für Menschen in Abhängigkeiten  
und Lebenskrisen und deren Angehörigen  
Giengen  
07322 911087

RADIX - SHG für psychisch Belastete Heidenheim  
Dagmar Dilli  
07329 5178

Tagesklinik-Erfahrene Heidenheim  
Rosi Ergezinger  
07329 1652

Gertrud Schuler  
07327 5205

SHG Psychosomatische Ängste und  
Panikattacken (PÄPA)  
Schwäbisch Gmünd  
0170 1166499 (18-20.00 Uhr)  
[shg-paepa@rems-web.de](mailto:shg-paepa@rems-web.de)

SHG für Angehörige von psychisch Kranken  
Schwäbisch Gmünd  
Brigitte Munz  
0157 30479934

## Psychische Erkrankungen

### Depressionen

SHG Depression Heidenheim  
Horst Cantarutti  
[SHGDepressionHDH@gmx.de](mailto:SHGDepressionHDH@gmx.de)

SHG Depression Sontheim  
Jutta Kühne  
07325 5040656

Aktiv Trotz Depression  
Selbsthilfegruppe für Menschen mit  
Depressionen, Ängsten und Zwängen  
Schwäbisch Gmünd  
0160 5229908

## Psychische Erkrankungen

### Burnout

Betriebsseelsorge Aalen  
Dr. Rolf Siedler  
Karolina Tomanek  
07361 59020  
[aalen@betriebsseelsorge.drs.de](mailto:aalen@betriebsseelsorge.drs.de)  
<https://betriebsseelsorge.de/arbeitsstelle/aalen>

## Rheuma

# R

AG Aalen  
Rheuma-Liga Baden-Württemberg e.V.  
Brigitte Meck  
07365 9644150  
[b.meck@rheuma-liga-bw.de](mailto:b.meck@rheuma-liga-bw.de)  
[www.rheuma-liga-bw.de](http://www.rheuma-liga-bw.de)

Jungrheumatiker 20-39 Jahre  
Rheumatischer Formenkreis  
Rheuma-Liga Baden-Württemberg e.V.  
Melanie Stich  
07321 3534436  
[m.stich@rheuma-liga-bw.de](mailto:m.stich@rheuma-liga-bw.de)  
[www.rheuma-liga-bw.de](http://www.rheuma-liga-bw.de)

AG Heidenheim  
Rheuma-Liga Baden-Württemberg e.V.  
Beatriz Wietzorek  
07326 919705  
[b.wietzorek@rheuma-liga-bw.de](mailto:b.wietzorek@rheuma-liga-bw.de)  
[www.rheuma-liga-bw.de](http://www.rheuma-liga-bw.de)

AG Schwäbisch Gmünd  
Rheuma-Liga Baden-Württemberg e.V.  
[m.funk@rheuma-liga-bw.de](mailto:m.funk@rheuma-liga-bw.de)  
[www.rheuma-liga.de](http://www.rheuma-liga.de)

Siehe auch unter Fibromyalgie

# PR

## R Rheumatoide Arthritis

SHG Rheumatoide Arthritis Ellwangen  
Maria Bieg  
07961 52304  
[mariabieg@web.de](mailto:mariabieg@web.de)

## S Sauerstoff-Therapie Langzeit-Sauer- stoff-Patienten

Selbsthilfegruppe Aalen  
Deutsche Sauerstoff- und BeatmungsLiga  
LOT e.V.  
Rudi Mittmann  
07361 68693  
[aalen@sauerstoffliga.de](mailto:aalen@sauerstoffliga.de)  
[www.sauerstoffliga.de](http://www.sauerstoffliga.de)

Selbsthilfegruppe Heidenheim  
Deutsche Sauerstoff- und BeatmungsLiga  
LOT e.V.  
Bruno Öfele  
07325 5279  
[heidenheim@sauerstoffliga.de](mailto:heidenheim@sauerstoffliga.de)  
[www.sauerstoffliga.de](http://www.sauerstoffliga.de)

## Schilddrüsenüber- /unterfunktion

**Kontaktperson (keine Gruppentreffen)**  
Schilddrüse-Hypophyse Ostalb-Ries  
Michael D'Angelo  
07362 7166  
[bopfi@aol.com](mailto:bopfi@aol.com)

## Schlafapnoe

SHG Schnarchen-Schlafapnoe Göppingen  
Peter Kattner  
07161 6512463  
[shg.gpschlafapnoe@gmail.com](mailto:shg.gpschlafapnoe@gmail.com)  
[www.lvbwss.de](http://www.lvbwss.de)

## Schlaganfall

„Die Blüte“ SHG Schlaganfall  
Schwäbisch Gmünd  
Ingrid Breidenstein  
07171 6068198  
  
Rainer Eichbauer  
07171 42588

SHG Schlaganfall/Aphasie „Phönix“ Ellwangen  
07961 959261  
[armin.ellwangen@gmx.de](mailto:armin.ellwangen@gmx.de)

Siehe auch unter Aphasie

## Schmerz- empfindlichkeit

Siehe unter Fibromyalgie

## Schnarchen

Siehe unter Schlafapnoe

## Schwindel

SHG Schwindel  
Elke Ebinger  
07172 911675  
[elke@ebinger-lorch.de](mailto:elke@ebinger-lorch.de)

## Seelische Gesundheit

Siehe unter psychische Erkrankungen

## Sehbehinderungen

Siehe unter Blindheit

## Soziale Kontakte

Soziale Kontakte Treffpunkt Bopfingen  
Diakonieverband Ostalb  
Jörg Dolmetsch  
07361 370510  
[dolmetsch@diakonieverband-ostalb.de](mailto:dolmetsch@diakonieverband-ostalb.de)  
[www.diakonieverband-ostalb.de](http://www.diakonieverband-ostalb.de)

## Speiseröhren- fehlbildungen

**Kontaktperson (keine Gruppentreffen)**  
KEKS – Patienten- und Selbsthilfeorganisation für  
Kinder und Erwachsene mit kranker Speiseröhre  
e.V. Aalen  
Kurt Breitenbücher  
07361 9753665  
[kurt.breitenbuecher@gmx.net](mailto:kurt.breitenbuecher@gmx.net)

## Stomaträger

Siehe unter Krebserkrankungen –  
Darmkrebs und Stomaträger

## Sturge-Weber- Syndrom

Siehe unter Gendefekte



## Suchterkrankungen

Anonyme Alkoholiker  
(AA)

Anonyme Alkoholiker Aalen (AA)  
Ulla  
07366 4218  
[www.anonyme-alkoholiker.de](http://www.anonyme-alkoholiker.de)

Anonyme Alkoholiker Ellwangen (AA)  
07961 4311  
[www.anonyme-alkoholiker.de](http://www.anonyme-alkoholiker.de)

Anonyme Alkoholiker Giengen (AA)  
Angelika  
07325 1808054  
[www.anonyme-alkoholiker.de](http://www.anonyme-alkoholiker.de)

**Kontaktperson (keine Gruppentreffen)**

Anonyme Alkoholiker Heubach (AA)  
Karl  
0151 23268446  
[www.anonyme-alkoholiker.de](http://www.anonyme-alkoholiker.de)

Anonyme Alkoholiker Schwäbisch Gmünd (AA)  
0170 4878682  
[aa-schwaebischgmuend@t-online.de](mailto:aa-schwaebischgmuend@t-online.de)  
[www.anonyme-alkoholiker.de](http://www.anonyme-alkoholiker.de)

## Suchterkrankungen

Drogen

Nüchterne Drogisten Schwäbisch Gmünd  
Daniel Baier  
[info@nuechterne-drogisten.de](mailto:info@nuechterne-drogisten.de)

## Suchterkrankungen

Freundeskreis

Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Aalen  
Jürgen Koch  
07366 4533  
[rotwolf2@t-online.de](mailto:rotwolf2@t-online.de)

Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe  
Aalen „Strohalm“  
Gruppe für betroffene Frauen  
Monika Gleim  
07367 4785

Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Bopfingen  
Eva Rinckleb  
07966 800014

Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Heidenheim  
Peter Knöpp  
07321 73832

Sonja Leyh  
07324 981424

Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe  
Schwäbisch Gmünd-Großdeinbach  
Martin Exner  
0176 34156670

## Suchterkrankungen

Guttempler-Gemeinschaft

Guttempler Heidenheim  
Gemeinschaft Wental  
Martin Kaltwasser  
0151 57873636  
[martin.kaltwasser@guttempler-bw.de](mailto:martin.kaltwasser@guttempler-bw.de)

## Suchterkrankungen

Kreuzbund  
Selbsthilfe- und Helfer-  
gemeinschaft für Sucht-  
kranke und Angehörige

Kreuzbund Aalen e.V.  
Gruppe 1  
07364 8814

Kreuzbund Aalen e.V.  
Gruppe 2, Senioren  
Rose Woletz  
07361 69258

Kreuzbund Aalen e.V.  
Gruppe 6  
Johann Zinkstein  
07361 44324

Kreuzbund Aalen e.V.  
Gruppe 7  
Monika Maier  
07363 6101

S



Kreuzbund Ellwangen e.V.  
Günther Feil  
0162 9314200

Kreuzbund Ellwangen e.V.  
Gruppe 2  
Ursula Fuchs  
07961 53883

Kreuzbund Heidenheim e.V.  
Erika Hamma  
07321 65214

Kreuzbund Neuler e.V.  
Martin Albrecht  
07365 417215

Kreuzbund Oberkochen e.V.  
Norbert Reichmuth  
0160 6809342

Kreuzbund Schwäbisch Gmünd e.V.  
0172 6371123

## Suchterkrankungen

### Spielsucht

Game Over – SHG für Suchterkrankungen,  
Betroffene und Angehörige  
Margrit Fuchs  
07324 8617  
0152 29233242  
*margritfuchs@freenet.de*

## Suchterkrankungen

### Weitere Gruppen

Gesprächskreis für Alkoholgefährdete  
Heidenheim  
Klaus Görner  
07321 7892

LOAM – Leben ohne Alkohol und Medikamente  
Schwäbisch Gmünd  
Thomas  
0157 55242299

Uli  
07171 8744625  
*www.loam-info.de*

L.O.S. Lebensfreude ohne Sucht  
Schwäbisch Gmünd  
Manuel Simblet  
0176 56866408

Harry Kuhn  
0157 54473906

SHG „Lotsen“ aus der Sucht  
Gruppe Sontheim I  
Karl-Heinz Schwalm  
07325 6989

SHG „Lotsen“ aus der Sucht  
Gruppe Sontheim II  
Gustav Koch  
0176 63215370

Siehe auch unter Suizid

## Suchterkrankungen Angehörige

Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Aalen  
„Strohalm“  
Monika Gleim  
07367 4785

Kreuzbundgruppe Angehörige im Ostalbkreis  
Erika Krammerius  
07361 68709

AL-ANON für Angehörige und Freunde  
von Alkoholiker/innen  
Gruppe Aalen-Wasseralfingen  
Heidi  
07365 9204427

AL-ANON für Angehörige und Freunde  
von Alkoholiker/innen  
Gruppe Ellwangen  
07961 4311

AL-ANON Familiengruppen für Angehörige  
und Freunde von Alkoholikern  
Gruppe Schwäbisch Gmünd  
0151 56220005

Elternkreis Ulm  
Selbsthilfe für Eltern suchtgefährdeter  
und suchtkranker Kinder  
Tine Delmonte  
0151 75049290  
[selbsthilfe@elternkreis-ulm.de](mailto:selbsthilfe@elternkreis-ulm.de)

## Suizid

LEOSS-Projekt  
LEBEN-ERLEBEN OHNE SUCHT & SUIZID  
und soziale Not  
0157 53522171  
[leossprojekt@yahoo.de](mailto:leossprojekt@yahoo.de)

Siehe auch unter Trauer

## Taubheit

Siehe unter Gehörlos

## Thyreoiditis

Siehe unter Schilddrüsenüber-/unterfunktion

## Transplantationen

Lebertransplantierte Deutschland e.V.  
Kontaktgruppe Ostalbkreis  
Klaus Gildein  
07171 9981653  
[klaus.gildein@lebertransplantation.de](mailto:klaus.gildein@lebertransplantation.de)

**Kontaktperson (keine Gruppentreffen)**  
Transplant-Kids e.V.  
Angebote für organtransplantierte Kinder  
Familie Weth  
07361 5734447  
[familie.weth@transplant-kids.de](mailto:familie.weth@transplant-kids.de)

## Trauer

Malteser Kinder- und Jugendhospizdienst  
Trauergruppen für Kinder  
Ostalb und Heidenheim  
Gerda Prasser  
07361 939435  
[gerda.prasser@malteser.org](mailto:gerda.prasser@malteser.org)  
[malteser-kinderdienste.de](http://malteser-kinderdienste.de)

Ökumenischer Hospizdienst Aalen e.V.  
Offener Treffpunkt für Trauernde: „Trauertreff“  
Judith Kufka  
Iris Geissendörfer-Kern  
07361 555056  
[info@aalener-hospizdienst.de](mailto:info@aalener-hospizdienst.de)  
[www.aalener-hospizdienst.de](http://www.aalener-hospizdienst.de)

Hospizdienst der Sozialstation  
Abtsgmünd „Lichtblicke“  
Begegnung Trauernder im Café am Nachmittag  
Helga Weller  
07366 96330  
[www.sozialstation-abtsgmuend.de](http://www.sozialstation-abtsgmuend.de)

Café Lichtblick  
Offenes Treffen für Trauernde  
Ambulanter ökumenischer Hospizdienst  
Ellwangen  
07961 9695432  
[amb.hospizdienst-ellwangen@web.de](mailto:amb.hospizdienst-ellwangen@web.de)

Krankenpflegeverein Gerstetten  
Begegnung für Trauernde  
Martina Müller  
07323 4799  
[www.krankenpflegeverein-gerstetten.de](http://www.krankenpflegeverein-gerstetten.de)

Trauergruppe der Evangelischen  
Gesamtkirchengemeinde Heidenheim  
Pfarrerin Eva-Maria Busch  
Andreas Kirr  
07321 22562  
Kontakt über Evang. Pfarramt Zinzendorf  
Kirchengemeinde

Trauercafé Herbrechtingen  
Offener Treffpunkt für Trauernde  
Beate Limberger  
07324 988696  
[beate-limberger@gmx.de](mailto:beate-limberger@gmx.de)  
Irmi Ludewig  
07324 41728

HOSPIZ Schwäbisch Gmünd  
Ökumenische Arbeitsgemeinschaft  
Trauerkreis Schwäbisch Gmünd  
Carola Rauch  
07171 999344  
0170 2942316  
[hospiz.GD@drs.de](mailto:hospiz.GD@drs.de)  
[www.hospiz-gd.de](http://www.hospiz-gd.de)

Siehe auch unter Kindstod, Plötzlicher Kindstod  
und unter Verwaiste Eltern

**Tumorerkrankungen** Siehe unter Krebserkrankungen

## Ullrich-Turner-Syndrom

Siehe unter Gendefekte

## Vaskulitis

SHG Vaskulitis Schwäbisch Gmünd  
Rheuma-Liga Baden-Württemberg e. V.  
07176 2517

## Verwaiste Eltern

Verwaiste Eltern Ostalb  
Ingrid Bandel  
07363 3523

Heidi Wagner  
07365 5156

Siehe auch unter Kindstod, Plötzlicher Kindstod  
und Trauer

## Zöliakie

Siehe unter Nahrungsmittelunverträglichkeiten

## Datenschutz / Urheberrechte

Die aufgeführten Selbsthilfegruppen haben der Veröffentlichung in diesem Wegweiser zugestimmt. Alle in dieser Broschüre aufgeführten Daten dürfen nicht für kommerzielle Zwecke verwendet oder für eine solche Nutzung weitergegeben werden.

Alle Angaben erfolgten nach bestem Wissen, jedoch ohne Gewähr. Für Druckfehler oder Unrichtigkeiten kann keine Haftung übernommen und kein Schadenersatz gefordert werden.

Die Leser erkennen an, dass alle Rechte der Verbreitung bei dem Herausgeber dieser Broschüre liegen. Eine Übernahme in andere Datenträger (Nachdruck, Kopie, Veröffentlichung im Internet, Weitergabe mit Zusätzen, Aufdrucken oder Aufklebern u. Ä.) bedarf – auch in Auszügen – der schriftlichen Genehmigung durch die genannten Kontaktpersonen.

Winter 2020  
KIGS bei der AOK Ostwürttemberg  
Wiener Straße 8  
73430 Aalen

Telefon: 07361 584-574  
Telefax: 07361 584-91177

kigs-ostwuerttemberg@bw.aok.de  
www.kigs-ostwuerttemberg.de