

SELBST HILFE GRUPPEN

in Ostwürttemberg

Auflage
2022/23

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

Sehr geehrte Damen, sehr geehrte Herren,



Einsamkeit und fehlender Austausch kann den Verlauf einer Krankheit stark beeinflussen. Das war ein Anlass, um vor mehr als 30 Jahren damit zu beginnen, die gesundheitliche Selbsthilfe über die Sozialversicherungen finanziell zu unterstützen. Die AOK war von Anfang mit dabei.

Die Selbsthilfe kann keinen Arzt und keine Therapie ersetzen. Doch sie leistet einen wichtigen Beitrag, den Menschen mit dem gleichen gesundheitlichen Schicksal oder deren Angehörigen eine Plattform für den Austausch zu bieten.

Viele Menschen engagieren sich ehrenamtlich in Selbsthilfegruppen und unterstützen sich gegenseitig. Sie tauschen sich aus und lernen von den Erfahrungen anderer.

Ein häufig gesehener Effekt: Die Menschen schöpfen wieder Kraft, finden raus aus ihrer Resignation.

Dieser Wegweiser soll Ihnen helfen, Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner für Ihr Anliegen zu finden. Rund 120 Selbsthilfegruppen sind allein in Ostwürttemberg aktiv.

Sollten Sie die entsprechende Gruppe nicht finden, wenden Sie sich vertrauensvoll an die Mitarbeiterinnen der Kontakt- und Informationsstelle für gesundheitliche Selbsthilfegruppen (KIGS). Sie helfen bei der Suche nach einer passenden Gruppe, vermitteln Kontaktpersonen oder unterstützen Sie bei der Neugründung Ihrer eigenen Selbsthilfegruppe.

Ich hoffe, dass Sie das richtige Angebot finden, sich in der Selbsthilfegruppe gut aufgehoben fühlen und Kraft tanken können.

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 kassenunabhängige 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)



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 werden Selbsthilfegruppen finanziell gefördert?

Die Rahmenbedingungen und alle wichtigen Hinweise zur Selbsthilfeförderung durch die gesetzliche Krankenversicherung in Baden-Württemberg, Informationen zu den Förderverfahren, Ansprechpartner sowie die Antragsformulare finden Sie im Internet unter: www.gkv-selbsthilfefoerderung-bw.de/selbsthilfegruppen-foerderverfahren/

Wie ist der Wegweiser 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.

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

Der Wegweiser ist bei der KIGS auch als PDF erhältlich.

Adipositas

SHG Adipositas Aalen
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

Kinder und Jugendliche im Autismus-Spektrum
Ostalb
Elternselbsthilfegruppe für Eltern aus dem
Ostalbkreis und allen benachbarten Kreisen
01575 1613630 (wir rufen zurück)
shg-autismus-ostalb@gmx.de

Selbsthilfegruppe für Eltern von Kindern mit ASS
Schwäbisch Gmünd
Info-Telefon: 07171 350672

Autoimmun- thyreoiditis

Siehe unter Schilddrüsenüber-/unterfunktion

Behinderungen

Siehe unter Menschen mit Behinderungen

Blindheit

Kath. Blinden-/Sehbehindertenwerk (KBSW)
Baden-Württemberg e.V.
Regionalgruppe Aalen
Ulrike Weber
0171 5632290

VISUAal
Initiativgruppe der Stadt Aalen
für Sehbehinderte und Blinde
Ulrike Weber
0171 5632290

B

Allg. Blinden- und Sehbehindertenhilfe e.V.
 ABSH
 Regionalgruppe Ostalb-Hohenlohe
 Jürgen Dreher
 07964 3173
 rg-ostalb@abs-hilfe.de

Blinden- und Sehbehindertenverband
 Württemberg e.V.
 Bezirksgruppe Ostalb
 Gerd Widmann
 07195 177090

Borreliose

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

Brustkrebs

Siehe unter Krebserkrankungen

Burnout

Siehe unter psychische Erkrankungen

Chronisches Erschöpfungs-syndrom

Siehe unter ME / CFS

Colitis Ulcerosa

Siehe unter Darmerkrankungen

COPD

Siehe unter Sauerstoff-Therapie

D

Darmerkrankungen

COMO Ostalb Aalen
 0151 16144559
 hartmann-aalen@t-online.de

Darmkrebs

Siehe unter Krebserkrankungen

Demenz

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

Kontaktperson (keine Gruppentreffen)
 Belisa Böbingen e.V.
 Christine Bart
 07173 7102802
 belisa@elisabethenverein-boebingen.de
 www.elisabethenverein-boebingen.de

Depressionen

Siehe unter psychische Erkrankungen

Diabetes Mellitus

Diabetiker, insulinpflichtig, Aalen
 Gisela Gramlich
 07361 32166
 0171 4844430
 info@jagd-gramlich.de

Diabetiker Treff Bopfingen
 R. Feldmann
 07362 4733

Diabetiker SHG Ellwangen
 Walter Egner
 07961 6696
 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.
07171 8076041
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.fibromyalgie-bw.de

SHG Fibromyalgie Ellwangen II
Rheuma-Liga Baden-Württemberg e.V.
Anna Pfitzer
07961 3601
a.pfitzer@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
Joerg-Reiner Bindemann
07171 40895
joerg-reiner-bindemann@t-online.de
www.fibromyalgie-bw.de

Siehe auch unter Rheuma

Frühgeborene

Kontaktperson (keine Gruppentreffen)
Frühchen Schwäbisch Gmünd
Stefanie Nagel
07171 999116
steffi@louiskleinewelt.de

G

Gehörlos

siehe unter Hörschädigungen

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

Deutsche Klinefelter-Syndrom Vereinigung e.V.
Regionalgruppe Baden-Württemberg
Sabine Rieger
0174 1972161
sabine.rieger@dksv.de

Gesprächskreise für Pflegende Angehörige

Siehe unter Pflegende Angehörige

Gewalt Häusliche Gewalt

SHG Gemeinsam stark gegen Gewalt
Victoria Bohn
0170 5903025
selbsthilfegruppe-gewalt@web.de

Hauterkrankungen

Kontaktperson (keine Gruppentreffen)
Epidermolysis Bullosa
Holger Schmid
07365 6614

Herzerkrankungen Kinder

Herzkinder Ostalb
Petra Gold-Oelkuch
0176 62146404

Nadine Vogel
01575 2269960
herzkinder.ostalb@gmx.de

Hinterbliebene

Siehe unter Trauer

Hörschädigungen

CI Gruppe Aalen (Cochlea Implantat)
Marina Mattburger
cigruppeaa@gmail.com

Zentrum für Hörbehinderte
Initiative Schlüssel für Alle e.V.
Heidenheim
kalteisjohann@yahoo.de
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

Hypertonie (pulmonal)

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

Hypophysäre Erkrankungen

Siehe unter Schilddrüsenüber-/unterfunktion

Kehlkopflöse Kehlkopfooperierte

SHG der Kehlkopflösen und Kehlkopfooperierten
Heinz Ebert
07366 6683
www.kehlkopfloese-ostalb.de

Kinderlähmung

Siehe unter Poliomyelitis/Post-Polio-Syndrom

Kindstod

Kontaktperson (keine Gruppentreffen)
Sternschnuppe
Initiative REGENBOGEN
„Glücklose Schwangerschaft“ e. V.
Conny Zappe
07171 81558
0176 22503121
beratung-consilia.zappe@gmx.de

Siehe auch unter Plötzlicher Kindstod,
Trauer und Verwaiste Eltern

Körperbehinderungen

Siehe unter Menschen mit Behinderungen

Krebserkrankungen

Darmkrebs und
Stomaträger

Gruppe Aalen - Schwäbisch Gmünd
Deutsche ILCO e.V.
Gerhard Winkler
07367 920247
winkler_gerhard@web.de
www.ilco.de

Gruppe Heidenheim
Deutsche ILCO e.V.
Ingeborg Wieland
07321 24521
inge.wieland@t-online.de

Gruppe Wört-Crailsheim
Deutsche ILCO e.V.
Ralph Krauß
07951 46227

Bärbel Leh
07951 24410
www.ilco.de

Krebserkrankungen

Frauen, Männer

Frauen nach Krebs Aalen
Jutta Schnizler
07361 44170
starkefrauennachbrustkrebs@web.de

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

Erika Eisenhut
07362 3413
erika.eisenhut@t-online.de

Frauenselbsthilfe Krebs e.V.
Gruppe Heidenheim 1 und 2
Susanne Mandl
07321 20277
s.mandl@frauenselbsthilfe-bw.de
www.frauenselbsthilfe-bw.de/gruppen-vor-ort/heidenheim/

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

Krebserkrankungen

Leukämie und Lymphome

SHG Leukämie und Lymphome
Schwäbisch Gmünd
Dr. Hans Gruninger
0173 3418892
www.shg-leukaemie-lymphome-gd.de

Lipödeme Lymphödeme

SHG Lily Kocher Jagst
Caroline Grandy
07361 8128225
lily-kocher-jagst@web.de
www.lilykocherjagst.wordpress.com

SHG Lily Schwäbisch Gmünd
Martina Heiß
01525 3945923
shg-lily-gd@gmx.de
<https://shg-lily-schwaebisch-gmuend.de/tl>

Lungen- erkrankungen

Siehe unter Sauerstoff-Therapie

ME / CFS

ME/CFS Selbsthilfe Ostwürttemberg
Wilfried Lang
Silke Rathgeb
me.cfs@t-online.de
<https://medotcfs.wordpress.com>

Menschen mit Behinderungen

Pelikan-Club
offener Treff für Menschen mit und ohne
Behinderung
Brigitte Hofmann
07361 370510
hofmann@diakonieverband-ostalb.de

Lebenshilfe Aalen e.V.
Angebot für Menschen mit Behinderung
und Angehörige
Susanne Schienle
07361 78092100
www.lebenshilfe-aalen.de

Lebenshilfe Heidenheim e.V.
Angebot für Menschen mit Behinderung
und Angehörige
Susanne Schienle
07321 348205
www.lebenshilfe-hdh.de

Selbsthilfe Inklusion
Regina Müller-Baumann
0162 9612024
r.mueller-baumann@web.de

Aktion „Freunde schaffen Freude e.V.“
Inge Grein-Feil
07327 5405
info@fsf-ev.de

Kontaktperson (keine Gruppentreffen)
Lebenshilfe Schwäbisch Gmünd
Philipp Goröll
07171 186220
info@lhgmueund.de
www.lhgmueund.de

Migräne

SHG Migräne Aalen
Margit Bösmann
07361 71874
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

Multiple Sklerose

AMSEL – Kontaktgruppe Aalen
Edeltraud Strobel
07361 970412
aalen@amsel.de
www.aalen.amsel.de

AMSEL – Kontaktgruppe Heidenheim
Jutta Hönig
07322 23311
jutta@hoenig-giengen.de

AMSEL – Kontaktgruppe Schwäbisch Gmünd
Eberhard Bauder
07173 12435

Thomas Jann
07972 911486
schwaebisch-gmuend@amsel.de
www.amsel.de/schwaebisch-gmuend

Nahrungsmittel- unverträglichkeiten

SHG HIT – Histaminintoleranz und weitere
Nahrungsmittelunverträglichkeiten
Schorndorf / Stuttgart
Angelika Trump
07181 68700
info@shg-hit.de
www.shg-hit.de

DZG Zöliakiegruppe
Kinder und Jugendliche
Sabine Rinke
07175 7865

Svea Mößner
07366 7040414

Anja Ross
07164 800591
glutenfrei-gp-gd@kp-dzg-online.de

Deutsche Zöliakie Gesellschaft e.V.
Gesprächsgruppe Heidenheim
0176 23223260
glutenfrei-heidenheim@kp-dzg-online.de
www.glutenfrei-heidenheim.de

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

Osteoporose SHG Ostalb (OSO)
Regine Wilky
07171 42156

DRK Parkinson Treff
Aalen und Bopfingen
Wolfgang Klaschka
07361 951240
wolfgang.klaschka@drk-aalen.de

SHG Parkinson
Regionalgruppe Heidenheim
Günter Lanzinger
09077 1581

SHG Parkinson
Regionalgruppe Schwäbisch Gmünd
Mathilde Tobias
matopark@web.de
www.schwaebisch-gmuend.parkinson-vereinigung.de

Osteoporose

Parkinson

Pflegende Angehörige

Gesprächskreise

Sozialstation St. Martin gGmbH
Gesprächskreis für Pflegende Angehörige Aalen
Christine Class
07361 32183
info@christine-class.de

Sozialstation Abtsgmünd
Gesprächskreis für pflegende Angehörige
07366 96330

Sozialstation St. Martin gGmbH
Gesprächskreis für Pflegende Angehörige Ellwangen
Christine Class
07361 32183
info@christine-class.de

Krankenpflegeverein Gerstetten
Gesprächskreis für Pflegende Angehörige
Martina Müller
07323 4799
www.krankenpflegeverein-gerstetten.de

Beratung und Begleitung
für Pflegende Angehörige
Monika Albrecht-Groß
07322 933780
pflegende.angehoerige@diakonie-krankenpflege-giengen.de

Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige
Schwäbisch Gmünd
Egon Behr
0151 26619730
egon.behr@web.de

Sonja Hoffmann
0177 7847151
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
info@sst-abtsgmuend.de
s.wirth@sst-abtsgmuend.de

Ökumenische Sozialstation Heidenheim
Gesprächscfé Alter und Demenz
07324 207437
www.sozialstation-hdh.de

Ökumenische Sozialstation Giengen
Gesprächscfé Alter und Demenz
0173 9061444
www.sozialstation-giengen.de

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

Pflegende Angehörige

Pflegestützpunkte - Informationsberatung zu Pflege- und Versorgungssituationen

Kontaktperson (keine Gruppentreffen)
Pflegestützpunkt Ostalbkreis
07361 503 1820
pflegestuetspunkt@ostalbkreis.de
www.pflegestuetspunkt.ostalbkreis.de

Kontaktperson (keine Gruppentreffen)
Pflegestützpunkt Landkreis Heidenheim
07321 3212424
07321 3212473
pflegestuetspunkt@landkreis-heidenheim.de
www.landkreis-heidenheim.de

P

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

Psychische Erkrankungen

SHG für Mütter mit psychischen Belastungen
nach der Geburt
shg-muetter@palidor.de

Diakonieverband Ostalb
Kontaktgruppe
Brigitte Hofmann
07361 370510
hofmann@diakonieverband-ostalb.de
www.diakonie-ostalbkreis.de

Verein für seelische Gesundheit e.V. Aalen
Betreuer Treff für psychisch kranke Menschen
01575 2382205
www.temo-markt.de

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

Emotions Anonymous (EA)
SHG für emotionale und seelische Gesundheit
Gruppe Ellwangen
07961 2565
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 9177627
Gertrud Schuler
07327 5205

SHG Psychosomatische Ängste und
Panikattacken (PÄPA)
Schwäbisch Gmünd
0170 1166499 (18–20.00 Uhr)

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

Psychische Erkrankungen

Angehörige

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

Uwe Fritsch
0176 56907319
[www.temo-markt.de/angehoerigengruppe/
schwaebisch-gmuend/](http://www.temo-markt.de/angehoerigengruppe/schwaebisch-gmuend/)

P

SHG für Angehörige von psychisch Kranken
Aalen
01575 2382205
0172 6210006
www.temo-markt.de

Psychische Erkrankungen

Depressionen

SHG Depression Heidenheim
Horst Cantarutti
SHGDepressionHDH@gmx.de

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

SHG Prisma
Selbsthilfegruppe für depressiv erkrankte
Menschen und Angehörige
Joachim Mietsch
0176 32774877
shg-prisma@gmail.com

Psychische Erkrankungen

Burnout

Betriebsseelsorge Ostwürttemberg
Karolina Tomanek
07361 59020
aalen@betriebsseelsorge.drs.de
<https://betriebsseelsorge.de/arbeitsstelle/aalen>

R

Rheuma

AG Aalen
Rheuma-Liga Baden-Württemberg e.V.
Brigitte Meck
07361 5567550
b.meck@rheuma-liga-bw.de
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
www.rheuma-liga-bw.de

AG Schwäbisch Gmünd
Rheuma-Liga Baden-Württemberg e.V.
m.funk@rheuma-liga-bw.de
www.rheuma-liga.de

Siehe auch unter Fibromyalgie

Rheumatoide Arthritis

SHG Rheumatoide Arthritis Ellwangen
Maria Bieg
07961 52304
mariabieg@web.de

Sauerstoff-Therapie Langzeit-Sauerstoff-Patienten

Selbsthilfegruppe Aalen
Deutsche Sauerstoff- und BeatmungsLiga
LOT e.V.
Rudi Mittmann
07361 68693
aalen@sauerstoffliga.de
www.sauerstoffliga.de

Selbsthilfegruppe Heidenheim
Deutsche Sauerstoff- und BeatmungsLiga
LOT e.V.
Bruno Öfele
07325 5279
heidenheim@sauerstoffliga.de
www.sauerstoffliga.de

Schilddrüsenüber-/unterfunktion

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

Schlafapnoe

SHG Schnarchen-Schlafapnoe Göppingen
Peter Kattner
07161 6512463
shg.gpschlafapnoe@gmail.com
www.lvbwss.de

Schlaganfall

SHG Schlaganfall/Aphasie „Phönix“ Ellwangen
07961 959261
armin.ellwangen@gmx.de

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

Rainer Eichbauer
07171 42588

Siehe auch unter Aphasie

Schmerzempfindlichkeit

Siehe unter Fibromyalgie

Schnarchen

Siehe unter Schlafapnoe

Schwindel

SHG Schwindel
Elke Ebinger
07172 911675
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
www.diakonieverband-ostalb.de

Speiseröhrenfehlbildungen

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

Stomaträger

Siehe unter Krebserkrankungen – Darmkrebs und Stomaträger

Sturge-Weber-Syndrom

Siehe unter Gendefekte

Suchterkrankungen

Anonyme Alkoholiker
(AA)

Anonyme Alkoholiker (AA) Aalen-Wasseralfingen
07366 4218

Anonyme Alkoholiker (AA) Ellwangen
07961 4311

Anonyme Alkoholiker (AA) Giengen
0171 1579997
www.anonyme-alkoholiker.de

Anonyme Alkoholiker (AA) Schwäbisch Gmünd
0170 4878682
aa-schwaebischgmuend@t-online.de
www.anonyme-alkoholiker.de

Suchterkrankungen

Drogen

Nüchterne Drogisten Schwäbisch Gmünd
Daniel Baier
info@nuechterne-drogisten.de

Suchterkrankungen

Freundeskreis

Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe
„Sprungbrett“ Aalen
Jürgen Koch
07366 4533
rotwolf2@t-online.de

Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe
Aalen „Strohalm“
Gruppe für Betroffene und Angehörige
Monika Gleim
07367 4785
Armin Katzer

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

Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Bopfingen
Eva Rinckleb
07966 800014

Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Bopfingen
Frauengruppe
Eva Rinckleb
07966 80014

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

Suchterkrankungen

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

Kreuzbund Aalen
Gruppe 1
07364 8814

Kreuzbund Aalen
Gruppe 7
Monika Maier
07363 6101

Markus Kränzle
07361 941918
01520 5199503
markus.kraenzle@gmx.net

Kreuzbund Ellwangen e.V.
Günther Feil
0162 9314200

S

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

Kreuzbund Neuler e.V.
Martin Albrecht
07365 417215

Kreuzbund Oberkochen e.V.
Norbert Reichmuth
0160 6809342

Kreuzbund Heidenheim e.V.
Erika Hamma
07321 65214

Kreuzbund Schwäbisch Gmünd e.V.
0172 6371123

Suchterkrankungen

Spielsucht

Game Over – SHG für Suchterkrankungen,
Betroffene und Angehörige
Harald Kirr
07321 3534498
harald@gameover.jetzt
www.gameover.jetzt

Suchterkrankungen

Weitere Gruppen

Gesprächskreis für Alkoholgefährdete
Heidenheim
Klaus Görner
07321 7892

Selbsthilfegruppe „Neustart“
Heidenheim
07324 981489

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

Siehe auch unter Suizid

Suchterkrankungen

Angehörige

Kreuzbundgruppe Angehörige im Ostalbkreis
Erika Krammerius
07361 68709

AL-ANON für Angehörige und Freunde
von Alkoholiker/innen
Aalen-Wasseralfingen
07361 468665 ab 18:00 Uhr

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

Suizid

LEOSS - Projekt
LEBEN ERLEBEN OHNE SUCHT & SUIZID und
soziale Not
SUCHT - PRÄVENTION - SELBSTHILFE - BEGLEITUNG
Peter Hoch
leoss@projekt.de
www.leossprojekt.de

Siehe auch unter Trauer

Taubheit

Siehe unter Hörschädigungen

Transplantationen

Lebertransplantierte Deutschland e.V.
Kontaktgruppe Ostalbkreis
Klaus Gildein
07171 9981653
klaus.gildein@lebertransplantation.de

Kontaktperson (keine Gruppentreffen)

Transplant-Kids e.V.
Angebote für organtransplantierte Kinder
Familie Weth
07361 5734447
familie.weth@transplant-kids.de

Trauer

Malteser Kinder- und Jugendhospizdienst
Trauergruppen für Kinder
Schwäbisch Gmünd und Aalen
Gerda Prasser
07361 939435
gerda.prasser@malteser.org
malteser-kinderdienste.de

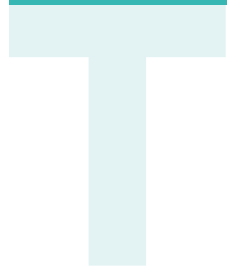
Ökumenischer Hospizdienst Aalen e.V.
Offener Treffpunkt für Trauernde: „Trauertreff“
Judith Kufka
Iris Geissendörfer-Kern
07361 555056
info@aalener-hospizdienst.de
www.aalener-hospizdienst.de

Hospizdienst SST Abtsgmünd
Trauercafe „Lichtblicke“
07366 96330

Café Lichtblick
Offenes Treffen für Trauernde
Ambulanter ökumenischer Hospizdienst
Ellwangen
07961 9695432
amb.hospizdienst-ellwangen@web.de

Krankenpflegeverein Gerstetten
Begegnung für Trauernde
Martina Müller
07323 4799
www.krankenpflegeverein-gerstetten.de

Trauergruppe der Evangelischen Gesamtkirchen-
gemeinde Heidenheim
Pfarrer Thomas Völklein
Andreas Kirr
07321 332095
Kontakt über Evang. Klinikpfarramt



Trauercafé Herbrechtingen
 Offener Treffpunkt für Trauernde
 Beate Limberger
 07324 988696
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
www.hospiz-gd.de

Siehe auch unter Kindstod, Plötzlicher Kindstod
 und unter Verwaiste Eltern

Tumorerkrankungen Siehe unter Krebserkrankungen

Ullrich-Turner-Syndrom

Siehe unter Gendefekte

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



Weitere hilfreiche Kontakte und Beratungsstellen

NAKOS

Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen
www.nakos.de

NAKOS – BLAUE ADRESSEN

Gleichbetroffene und Selbsthilfegruppen zu seltenen Erkrankungen finden
www.nakos.de/adressen/blau

NAKOS – GRÜNE ADRESSEN

Selbsthilfevereinigungen, Selbsthilfe-Internetforen, Institutionen mit Selbsthilfebezug bundesweit finden
www.nakos.de/adressen/gruen

NAKOS – ROTE ADRESSEN

Selbsthilfekontaktstellen und Selbsthilfeunterstützungsstellen bundesweit finden
www.nakos.de/adressen/rot

EUTB

Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung
www.teilhabeberatung.de

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.

Sommer 2022

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