



Selbsthilfegruppen

im Landkreis Freudenstadt

*ergänzt mit geleiteten Gruppen
und Gesprächskreisen



Selbsthilfe entsteht immer dort, wo Menschen aus persönlicher Betroffenheit ihre Notlagen aus eigener Kraft meistern wollen.

Die Selbsthilfegruppen verstehen sich als Zusammenschluss von Menschen, die ein gemeinsames Ziel verfolgen und nach Wegen und Lösungen suchen, um mit ihrer Situation, ihrer Krankheit oder ihrer Lebenssituation besser umgehen zu lernen. Im geschützten Rahmen einer Gruppe kann der Hilfesuchende Vertrautheit erfahren, anderen Unterstützung geben, selbst Hilfe bekommen und gegenseitig Stärkung und Ermutigung erfahren.

Das vorliegende Verzeichnis richtet sich an Selbsthilfegruppen-Interessierte und Mitglieder von Selbsthilfegruppen, die auf der Suche nach einer passenden Gruppe sind.

In Zusammenarbeit mit den Ansprechpartnern der Selbsthilfegruppen freuen wir uns, Ihnen einen Überblick der bestehenden Angebote innerhalb des Landkreises geben zu können.

Alkoholabhängigkeit

- **Anonyme Alkoholiker**

Treffen:

Ansprechpartner: Freddy Tabbert Tel. 0160 3000929

FreddyTabbert@aol.com

- **Freundeskreis für FDS – I/II**

Treffen: Jeden Donnerstag von 18:30-20:30 Uhr

Gemeindehaus der Martinskirche in Freudenstadt Parkweg 13

Ansprechpartner: Ralf Detlef Radtke 0173 4169168

ralfr220@gmail.com

- **Freundeskreis-Horb**

Ansprechpartner: Rainer und Manuela Schlotter Tel. 017684560908

rainer.schlotter.rs@gmail.com

- **Freundeskreis Sucht Freudenstadt**

Ansprechpartner: Thomas Baur Tel. 01713285492

thomas-fds.baur@gmx.de

- **Selbsthilfegruppe für Alkoholranke Frauen Freudenstadt**

Ansprechpartner: Kontakt über die Diakonische Bezirksstelle Freudenstadt zu erfragen, 07441 9156940

Asperger-Autismus und hochfunktionaler Autismus

- **Selbsthilfegruppe für Eltern von Kindern und Jugendlichen mit Asperger-Syndrom**

Ansprechpartner: Sylke Eberwein Tel. 07485 1333

info@prinz-soft.de

www.autismus-verstehen.de

Demenz

- **Gesprächskreis für pflegende Angehörige**

Treffen: jeden 1. Freitag im Monat 14:30 – 16:30 Uhr, Martin-Haug-Stift Freudenstadt

Ansprechpartner: Marion Schmid Tel. 07443 3457 oder 07441 867 0 DRK

marion.schmid@drk-kv-fds.de

Down Syndrom

- **Gruppe für Eltern von Kindern mit Down-Syndrom**

Ansprechpartner: Ute Spannagel-Metzner Tel. 07441 951228

ufmetzner@t-online.de

Gewalt

- **Angeleitete SHG für Frauen, die von Gewalt betroffen sind**

Ansprechpartner: Frauenhilfe Freudenstadt Tel. 07441 5203070

info@frauenhilfe-fds.de

Herzsportgruppe

- **Herzsportgruppe Salzstetten e.V.**

Ansprechpartner: Klaus Gebauer Tel. 07486 600

klausgebauer@t-online.de

Hospizdienst

- **Ambulanter Hospizdienst Freudenstadt**

Ansprechpartnerin: Sandra Vieth Tel. 0160 5232334

freudenstadt@ambulante-hospizdienste.de

www.ambulante-hospizdienste.de

Krebs

- **Frauenselbsthilfe nach Krebs e.V. Gruppe Freudenstadt**

Treffen: 1. Mittwoch im Monat 18:30 Uhr

Raum der Kreisgeschäftsstelle des DRK Freudenstadt,

Hirschkopfstraße 18, 72250 Freudenstadt

Anmeldung erforderlich!

Ansprechpartner: Marion Schmid Tel. 07443 3457

marion.schmid@drk-kv-fds.de

www.frauenselbsthilfe.de

- **Frauenselbsthilfe Krebs e.V. Gruppe Horb**
 Ansprechpartner: Heide Gutekunst Tel. 07456 1633
heide.gutekunst@gmx.de

www.frauenselbsthilfe.de

- **Männerselbsthilfegruppe – Leben mit Krebs im Landkreis Freudenstadt**
 Ansprechpartner: Manfred Bökensmidt Tel. 07442 121049
m.boekenschmidt@web.de

www.mshk-freudenstadt.de

- **Selbsthilfegruppe Ilco Tübingen Darmkrebs, Stoma und LARS**
 Ansprechpartner: Andrew Wither Tel. 01738746212
lars-tuebingen@ilco-kontakt.de

LSBTTIQ

- **ILSE-Gruppe Freudenstadt-Calw - Angebot für queere Personen mit Kinderwunsch und Regenbogenfamilien**
 Ansprechpartner: Tina Frey
lse.freudenstadt-calw@lsvd.de

Lungenemphysem/ COPD

- **Selbsthilfegruppe Lungenemphysem-COPD Region Nordschwarzwald Horb**

 Treffen: Jeden 2. Samstag im Monat, 15 Uhr
 Reha und Sportzentrum König, Schulungsraum 2. Stock
 Am Garnisonsplatz 11, 72160 Horb

 Ansprechpartner: Günter Ditters Tel. 07454 4080253 oder 0179 2018061
shg.lungenemphysem.copd.horb-g.ditters@web.de

www.lungenemphysem-copd.de

- **Lungensport**
 Treffen: Jeden Donnerstag 9:45 Uhr in der Mehrzweckhalle in Horb- Bildechingen
 Anmeldung erforderlich!

 Ansprechpartner: Günter Ditters Tel. 07454 4080253 oder 0179 2018061
shg.lungenemphysem.copd.horb-g.ditters@web.de

www.lungenemphysem-copd.de

Morbus Crohn/ Colitis ulcerosa

- **Selbsthilfegruppe Freudenstadt**

Ansprechpartner: Manuela Zachmann-Schneider 07246 305969; Fax 07246 705987

m.zachmann-schneider@gmx.de

Anja Koch 07448 1218

shg-fds@web.de

www.crohn-colitis-freudenstadt.de

Multiple Sklerose

- **AMSEL Kontaktgruppe Freudenstadt**

Treffen: AMSEL-Stammtisch jeden 2. Dienstag im Monat

Ansprechpartner: Jutta und Franz-Josef Meyer Tel. 07442 120575 oder 017655494151
55494151

freudenstadt@amsel.de

www.amsel.de/freudenstadt

Psychische Belastung bei Eltern

- **Angeleitete SHG für Eltern mit psychischen Belastungen in den ersten Lebensjahren eines Kindes**

Ansprechpartner: Pascale Héritier Tel. 07441 9253668
p.heritier@gmx.de

Rheuma

- **Selbsthilfegruppe Rheuma-Liga Arbeitsgemeinschaft FDS**

Ansprechpartner: Dr. Anne Töpfer

a.toepfer@rheuma-liga-bw.de

Gisela Arnold Tel. 07441 3831

g.arnold@rheuma-liga-bw.de

Schlaganfall

- **Selbsthilfegruppe Lebens Mut**

Ansprechpartner: Waltraud Burkhardt Tel. 07449 447

shg-lebensmut@gmx.de

Verlust und Trauer

- **Selbsthilfegruppe Leere Wiege**

Ansprechpartner: Dalila Wettki, Manfred Maier, Andrea Gschweng

Tel. 07443/8043162 / 01789310889

kontakt@leere-wiege-fds.de