

Selbsthilfegruppen im Mittelkreis Unna

Unna | Bergkamen | Bönen | Kamen

Stand: 03.07.2017

Selbsthilfegruppen im Mittelkreis

Informationen zu diesen und weiteren Selbsthilfegruppen im Kreis Unna erhalten Sie bei der
Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Klicken Sie auf eine Gruppe, um direkt zu den Informationen zu gelangen

Selbsthilfegruppen im Mittelkreis	4
AD(H)S Familien mit entwicklungsverzögerten Kindern, Unna.....	4
AD(H)S Erwachsenengruppe, Bergkamen.....	4
Adipositas, Kamen.....	4
Adipositas, Unna	4
Akustikus Neurinom e.V., Regionalgruppe Unna	5
Alkohol Blaues Kreuz, Unna.....	5
Alkohol Blaues Kreuz, Kamen.....	5
Alkohol Blaues Kreuz Stadtverband, Bergkamen	5
Alkohol Blaues Kreuz Stadtverband, Bergkamen	6
Alkohol Freundeskreis Bergkamen im Blauen Kreuz in der ev. Kirche e.V.	6
Alkohol Freundeskreis Sucht Bergkamen	6
Alkohol "Grüner Zweig", Alkoholranke und Angehörige, Bönen.....	6
Alkohol Kreuzbund Bönen	7
Alkohol Suchthilfe 95, Unna	7
Amputierte mit einer Prothese & Angehörige, Unna	7
Ängste, Depressionen, Gruppe I, Unna	7
Ängste, Depressionen, Gruppe II, Unna	7
Asperger Syndrom, Elterngruppe, Unna	8
Behinderungen Auf geht`s – Behindertensportverein Unna.....	8
Behinderungen Eltern behinderter Kinder, Kamen.....	8
Behinderungen Offene Behindertengruppen Bönen	8
Beratung und Begleitung für schwerkranke und sterbende Menschen, Unna.....	9
Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna Selbsthilfegruppe Bergkamen.....	9
Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna Selbsthilfegruppe Bergkamen Jugendgruppe	9
Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna Beratung und Sprechstunde, Bergkamen.....	9
Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna Selbsthilfegruppe Kamen.....	10
Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna Beratung und Sprechstunde, Unna	10
Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna Selbsthilfegruppe Unna	10

Burnout für Betroffene und Angehörige, Unna	10
Depressionen, Ängste, Kamen	11
Depressionen, Ängste, Kamen (für neue Interessenten)	11
Depressionen, Ängste, Unna	11
Diabetiker Bergkamen	11
Diabetiker Typ I, Unna (Beratung)	12
Diabetiker Typ I, Unna (Gruppentreffen)	12
Familienbande / Familiennetzwerk Kamen e.V.	12
Fibromyalgie Gruppe I, Unna	12
Fibromyalgie Gruppe II, Unna	12
Frauen mit Essstörungen (Bulimie Binge Eating Disorder), Bergkamen	13
Freizeittreff, Unna	13
Freizeit- und Spieletreff für Erwachsene, Unna	13
Hereditäre spastische Spinalparalyse (HSP), Unna	13
Hochbegabte Kinder, Elterngruppe (DGhK), Unna	14
Hochbegabte Kinder Spielnachmittag für Kinder aller Altersgruppen, Unna, (DGhK)	14
Hochsensibilität	14
Hospiz Ambulanter Kinderhospiz Dienst Kreis Unna	14
Hospiz Kamener Hospiz e.V.	14
Initiative Down Syndrom Kreis Unna e.V. (IDS)	15
Kneipp-Verein Unna e.V.	15
Koronarsportgruppe Unna e.V.	15
Krebs Brustkrebsbetroffene Frauen, Unna	16
Krebs Frauengymnastik nach Krebs, Unna	16
Krebs Selbsthilfe nach Krebs, Kamen	16
Lebensgesprächskreis, Bönen	16
Lungenerkrankte „Sauerstoffliga“, Kamen	17
Morbus Bechterew, Kamen	17
Morbus Crohn + Colitis Ulcerosa, Unna	17
Multiple chemische Sensibilität (MCS), Unna	17
Multiple Sklerose Kamen	18
Multiple Sklerose Förderverein Unna-Bönen, Gruppe Unna	18
Muskelerkrankte und Körperbehinderte Kamen	18
Narkolepsie, Unna	18
Osteoporose Gymnastik, Unna	19
Osteoporose, Warmwasser-Gymnastik, Unna	19
Parkinson Forum, Unna	19
Pflege Gesprächskreis pflegender Angehörige, Bergkamen	19
Pflege Gesprächskreis pflegende Angehörige und Freund von Menschen mit Demenz, Kamen	20
Pflege Gesprächskreis pflegende Angehörige, Unna	20
Polyneuropathie, Unna	20
Post Polio Syndrom, Unna	20

Psychisch Kranke, Angehörigen-Gruppe, Kamen.....	21
Psychisch Kranke, Angehörigen-Gruppe, Unna.....	21
Psychische Schwierigkeiten, Ängste, Depressionen, Unna.....	21
Reha- und Gesundheitssport Bönen	21
Return Suchtselbsthilfegruppe, Unna.....	22
Restless legs (RLS), Unna	22
Rheuma Deutsche Rheuma-Liga NRW e.V. Arbeitsgemeinschaft Unna.....	22
Rollstuhlclub Unna.....	23
Schlaganfall junge Betroffene, Bönen	23
Schlaganfall Selbsthilfegruppen Unna e.V.	23
Schmerzen, chronische, Unna	24
Schreiben befreit, Unna.....	24
Sozialverband VdK Ortsverband Unna	24
Spieler/innen und Angehörige (Glücksspiel), Unna.....	25
Stoma Deutsche ILCO, Unna	25
Trauer Trauergesprächskreis, Bönen.....	25
Trauer Verstorbene Kinder, Kamen.....	25
Trauer Gesprächsgruppe für Trauernde, Kamen	26
Traumatische Geburt, Unna	26
Vegetative Dystonie, Unna	26
Wohnen Beginenhof Unna	26
Zerebralparese, frühkindliche – Zebra PA, Unna	26

Selbsthilfegruppen im Mittelkreis

AD(H)S Familien mit entwicklungsverzögerten Kindern, Unna

Gespräche, Informationsaustausch, gegenseitige Hilfe und Unterstützung

jeden 3. Montag im Monat | 20.00 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

AD(H)S Erwachsenenengruppe, Bergkamen

Gespräche, Informationsaustausch, gegenseitige Hilfe und Unterstützung

jeden 1. Dienstag im Monat | 20.00 Uhr

Familienzentrum am Bodelschwinghaus | Ebertstraße 20 | 59192 Bergkamen

Kontakt | Infos

www.adhs-unna.de

Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Adipositas, Kamen

Patientenvereinigung gegen extremes Übergewicht

jeden 2. Montag | 19.00 Uhr

Vortragssaal im Sportzentrum Kaiserau | Jacob-Koenen-Str. 2 | 59174 Kamen

Kontakt | Infos

Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Adipositas, Unna

Informationen und Gespräche

jeden 2. Montag | 19.00 Uhr

Konferenzraum des EK Unna | Holbeinstr. 10

Kontakt | Infos

Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Akustikus Neurinom e.V., Regionalgruppe Unna

Überregionale Selbsthilfegruppe | Termine auf Anfrage
Gesundheitshaus Unna | Massener Str. 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

Internet www.akustikus.de

oder

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Alkohol | Blaues Kreuz, Unna

jeden Montag | 19.30 Uhr
Jona Haus | Eichenstraße 1a | 59423 Unna

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Alkohol | Blaues Kreuz, Kamen

jeden Freitag | 20.00 Uhr
Evangelische Kirchengemeinde | Schwesterngang 1 | 59174 Kamen

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Alkohol | Blaues Kreuz Stadtverband, Bergkamen

Gespräche und Erfahrungsaustausch, Unterstützung von und für Menschen die Alkoholabhängig sind sowie ihre Angehörigen

Gruppe Bergkamen-Mitte:

jeden Donnerstag | 19.15 Uhr | Ansprechpartner: Manfred Mühlberg | Telefon 0 23 07 / 55 48 22
Friedenskirche | Schulstr. 156 | 59192 Bergkamen

Gruppe Bergkamen-Weddinghofen:

jeden Donnerstag | 19.30 Uhr | Ansprechpartner: Antje und Volker Totzek | Telefon 0 23 07 / 6 77 33
Martin-Luther-Haus | Goekenheide 5 | 59192 Bergkamen

Frauengruppe:

jeden 3. Mittwoch im Monat | 19.00 Uhr | Ansprechpartnerin: Marion Keikus | Telefon 0 23 07 / 28 39 13 |
59192 Bergkamen-Mitte

[Kontakt | Infos](#)

Internet: www.blaues-kreuz-bergkamen.de

oder

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Alkohol | Blaues Kreuz Stadtverband, Bergkamen

Gespräche und Erfahrungsaustausch für Angehörige betroffener Eltern (ab 14 Jahren)

Termine auf Anfrage

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Alkohol | Freundeskreis Bergkamen im Blauen Kreuz in der ev. Kirche e.V.

Gespräche und Erfahrungsaustausch über den Umgang mit der Alkoholerkrankung

jeden Freitag | 19.45 Uhr

Martin-Luther-Zentrum | Preinstr. 38 | 59192 Bergkamen-Oberaden

[Kontakt | Infos](#)

Internet: www.bke-freundeskreis-bergkamen.de

oder

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Alkohol | Freundeskreis Sucht Bergkamen

jeden Freitag | 20.00 Uhr

Jochen-Klepper Haus | Im Sundern 11 | 59192 Bergkamen-Oberaden

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Alkohol | "Grüner Zweig", Alkoholranke und Angehörige, Bönen

jeden Montag | 20.00 Uhr

Kath. Pfarrheim Nordböge | An der Feuerwache | 59199 Bönen

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Alkohol | Kreuzbund Bönen

jeden Mittwoch | 19.00 Uhr

Bodelschwinghaus | Niemöller Str. 16 | 59199 Bönen

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Alkohol | Suchthilfe 95, Unna

jeden Mittwoch | 20.00 Uhr

Pfarrheim St. Marien | Kletterstraße 41 | 59427 Unna-Massen

Kontakt | Infos

Erstkontakt unter Fon 0 23 03 / 96 76 69 oder 0 23 03 / 5 23 65

oder

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Amputierte mit einer Prothese & Angehörige, Unna

Informationen und Austausch zur Mobilität und Problemen mit der Prothese usw.

jeden 1. Donnerstag im Monat | 18.00 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Ängste, Depressionen, Gruppe I, Unna

Austausch im Gespräch, Hilfe und Unterstützung in der Lebenssituation

14-tägig montags | 18.30 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Ängste, Depressionen, Gruppe II, Unna

Austausch im Gespräch, Hilfe und Unterstützung in der Lebenssituation

jeden Montag | 19.00 Uhr
Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
Margret Voß | Simone Saarbeck
Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Asperger Syndrom, Elterngruppe, Unna

Gesprächsaustausch und Hilfestellung
jeden 2. und 4. Mittwoch | 18.00 Uhr
Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
Margret Voß | Simone Saarbeck
Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Behinderungen | Auf geht's – Behindertensportverein Unna

Gruppentreffen Behindertensportverein
alle 14 Tage freitags | 13.00 Uhr
Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
Margret Voß | Simone Saarbeck
Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Behinderungen | Eltern behinderter Kinder, Kamen

Begegnungsmöglichkeit, gegenseitiger Austausch, Planen und Schaffen gemeinsamer Aktionen,
Teilnahme an Kursen und Veranstaltungen der Familienbildungsstätte
Mehrgenerationenhaus der Familienbande/Familiennetzwerk | Bahnhofstr. 46 | 59174 Kamen

[Kontakt | Infos](#)

Familienbande | FuD-Familie und Du im Kreis Unna gGmbH, Familienunterstützender Dienst, Schulintegration | Fon 0 23 07 / 2 85 05 10
oder
Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
Margret Voß | Simone Saarbeck
Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Behinderungen | Offene Behindertengruppen Bönen

Begegnung | Austausch | Gemeinschaft
Ort und Termine bitte erfragen.

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Beratung und Begleitung für schwerkranke und sterbende Menschen, Unna

[Kontakt | Infos](#)

Frau Maas | Fon 02303 / 055-147

oder

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna | Selbsthilfegruppe Bergkamen

Gruppentreffen zweiwöchentlich dienstags | 14.30 – 17.30 Uhr

Albert-Schweizer Haus | Schulstr. 8 | 59192 Bergkamen

[Kontakt | Infos](#)

Klaus-Peter Jagielki | Fon 0 23 07 / 29 99 29 | E-Mail kreis-unna@bsvw.de

oder

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna | Selbsthilfegruppe Bergkamen | Jugendgruppe

Die Jugendtreffs finden nach Absprache in Bergkamen an einem

Samstag | 13.30 – 15.30 Uhr

im Albert-Schweizer Haus | Schulstr. 8 | 59192 Bergkamen statt.

[Kontakt | Infos](#)

Walter Görlitz | Fon 0 23 07 / 55 48 64 | E-Mail w.goerlitz@blickpunkt-auge.de

oder

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna | Beratung und Sprechstunde, Bergkamen

Sprechstunde für Blinde, Sehbehinderte oder Menschen mit einer Augenerkrankung finden Rat und Hilfe z.B. bei Schwerbehindertenausweis, Nachteilsausgleich, Erwerbsminderungsrente oder auch die soziale und berufliche Rehabilitation.

jeden letzten Donnerstag im Monat | 10.00 – 13.00 Uhr

Rathaus – Raum 600 | Rathausplatz 1 | 59192 Bergkamen

[Kontakt | Infos](#)

Walter Görlitz | Fon 0 23 07 / 55 38 64 | E-Mail w.goerlitz@blickpunkt-auge.de

oder

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna | Selbsthilfegruppe Kamen

Gruppentreffen jeden 3. Donnerstag im Monat | 14.30 – 16.30 Uhr

Familienbande | Bahnhofstraße 46 | 59174 Kamen

Kontakt | Infos

Heinz-Detlef Klafke | Fon 0 23 07 / 4 38 53 22

oder

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna | Beratung und Sprechstunde, Unna

Sprechstunde für Blinde, Sehbehinderte oder Menschen mit einer Augenerkrankung finden Rat und Hilfe z.B. bei Schwerbehindertenausweis, Nachteilsausgleich, Erwerbsminderungsrente oder auch die soziale und berufliche Rehabilitation.

jeden 2. Mittwoch im Monat | 11.00 – 13.00 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

Walter Görlitz | Fon 0 23 07 / 55 48 64 | E-Mail w.goerlitz@blickpunkt-auge.de

oder

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna | Selbsthilfegruppe Unna

jeden 2. Dienstag im Monat | 14.30 – 16.30 Uhr

Cafè Koch | Friedrich-Ebert-Straße 29 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

Gertrud Sauerland | Fon 0 23 03 / 23 71 92

oder

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Burnout für Betroffene und Angehörige, Unna

Ab dem 06.06.2017 alle 14 Tage Donnerstags | 19.00 – 20.30 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Depressionen, Ängste, Kamen

Austausch und Hilfe zur Selbsthilfe, gegenseitig Mut machen

Anmeldung erforderlich

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Depressionen, Ängste, Kamen (für neue Interessenten)

Anmeldung erforderlich

Termine: Mittwoch 05.07.2017 | 18.00 Uhr

Mittwoch 19.07.2017 | 18.00 Uhr

Mittwoch 13.09.2017 | 18.00 Uhr

Mittwoch 27.09.2017 | 18.00 Uhr

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Depressionen, Ängste, Unna

Gesprächskreis für Betroffene | Austausch und Hilfe zur Selbsthilfe

jeden Montag | 19.00 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Diabetiker Bergkamen

jeden 2. Donnerstag im Monat | 18.30 Uhr

Vitalcenter | Präsidentenstr. | 59192 Bergkamen

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Diabetiker Typ I, Unna (Beratung)

Am zweiten Mittwoch im Monat | 19.30 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Diabetiker Typ I, Unna (Gruppentreffen)

Gespräche, Erfahrungsaustausch, Diskussion und Schulungen

jeden 2. Mittwoch im Monat | 19.30 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Familienbande / Familiennetzwerk Kamen e.V.

Begegnungszentrum für junge Familien und für Familien mit kranken und behinderten Kindern

Bürozeiten | Mo. – Fr. 9.00 – 16.00 Uhr und nach Vereinbarung

Café-Zeiten | Mo. – Fr. 9.00 – 17.00 Uhr

Familienbande/Familiennetzwerk | Bahnhofstr. 46 | 59174 Kamen

Kontakt | Infos

Familienbande | Fon 0 23 07 / 1 40 07 41 | E-Mail info@familienbande-kamen.de |

Internet www.familienbande-kamen.de

Fibromyalgie Gruppe I, Unna

jeden 1. Dienstag im Monat | 18.00 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Fibromyalgie Gruppe II, Unna

jeden 3. Donnerstag im Monat | 18.00 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Frauen mit Essstörungen (Bulimie | Binge Eating Disorder), Bergkamen

Informationen, Erfahrungsaustausch

jeden 2. Dienstag im Monat | 17.00 - 18.30 Uhr

Kontaktstelle Sonnenstrahl | Am Wiehagen 32 | 59192 Bergkamen

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Freizeittreff, Unna

Freizeitaktivitäten in der Gruppe | Kennenlernen von neuen Kontakten

jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat | 19.30 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Freizeit- und Spielertreff für Erwachsene, Unna

jeden 1. Sonntag im Monat | 15.00 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Hereditäre spastische Spinalparalyse (HSP), Unna

Überregionale Selbsthilfegruppe in NRW

Interessengemeinschaft von Menschen, die in NRW mit „Hereditärer Spastischer Spinalparalyse“ leben. Ein besonderes Anliegen ist der Austausch zwischen Familien mit HSP-betroffenen Kindern.

Kontakt | Infos

Internet www.gehn-mit-hsp.de | E-Mail ah@gehn-mit-hsp.de | E-Mail dk@gehn-mit-hsp.de

oder

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Hochbegabte Kinder, Elterngruppe (DGhK), Unna

Informationen, Erfahrungsaustausch, Vorträge
jeden 2. Mittwoch im Monat | 19.30 Uhr
Gesundheitshaus Unna | Massener Str. 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
Margret Voß | Simone Saarbeck
Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Hochbegabte Kinder | Spielnachmittag für Kinder aller Altersgruppen, Unna, (DGhK)

Spielnachmittag sonntags für Kinder aller Altersgruppen
Mitzubringen sind Freude an Gesellschaftsspielen, Lieblingsspiele (Karten- oder Brettspiele), etwas zum Knabbern und Getränke
jeden letzten Sonntag im Monat in den geraden Kalendermonaten | 15.30 Uhr
Jugendfreizeitstätte „Treffpunkt Villa“ | 59439 Holzwickede

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
Margret Voß | Simone Saarbeck
Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Hochsensibilität, Unna

Gesprächskreis für Betroffene und Angehörige | Austausch von Erfahrungen und Kompetenzen | Informationsaustausch | Gleichberechtigte Zusammenarbeit | gegenseitige Hilfestellung und Wertschätzung
jeden 2. und 4. Dienstag | 18:30 Uhr
Gesundheitshaus Unna | Massener Str. 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
Margret Voß | Simone Saarbeck
Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Hospiz | Ambulanter Kinderhospiz Dienst Kreis Unna

Begleitung von Familien, deren Kinder eine lebensverkürzende Erkrankung haben von der Diagnose an, im Leben und über den Tod des Kindes hinaus.

Kontakt | Infos

Ambulanter Kinderhospiz Dienst Kreis Unna
Käthe-Kollwitz-Ring 32 | 59423 Unna
Fon 0 23 03 / 94 24 90 | E-Mail: unna@deutscher-kinderhospizverein.de

Hospiz | Kamener Hospiz e.V.

Begleitung Sterbenskranker und ihrer Angehörigen nach den Leitlinien der HOSPIZ – BEWEGUNG in Zusammenarbeit mit Pflegeeinrichtungen, ehrenamtlicher Mitarbeitenden, ÄrztInnen, SeelsorgerInnen

[Kontakt | Infos](#)

Kamener Hospiz e. V. | Kämmerstraße 18 | 59174 Kamen
Fon 0 23 07 / 23 46 12
Bürozeiten freitags 10.00 – 12.00 Uhr und nach Vereinbarung

Initiative Down Syndrom Kreis Unna e.V. (IDS)

Gespräch und Information über individuell mögliche Probleme und persönliche Fragen sowie die Möglichkeit, während der Sprechstundentermine in der Bibliothek zu stöbern und Bücher auszuleihen.

[Sprechstunde](#)

nach Absprache
Heinrich-Martin-Heim | Am Wiehagen 32 | 59192 Bergkamen

[Elterntreff](#)

jeden 2. und 4. Samstag im Monat | 10.00 Uhr
(eine Anmeldung dafür wäre wünschenswert, aber nicht notwendig)
Heinrich-Martin-Heim | Am Wiehagen 32 | 59192 Bergkamen

[Einzelgespräche](#)

nach telefonischer Vereinbarung

[Kontakt | Infos](#)

Hotline: 01 63 / 4 37 58 00 | Internet www.ids-unna.de | E-Mail ids@ids-unna.de
oder
Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
Margret Voß | Simone Saarbeck
Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Kneipp-Verein Unna e.V.

Beratung
jeden Dienstag | 09.00 - 11.00 Uhr und
jeden Donnerstag | 15.00 – 17.00 Uhr
Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

[Kontakt | Infos](#)

Servicestation im Gesundheitshaus Unna | Fon 0 23 03 / 27 23 29
oder über B. Bellwon | Fon 0 23 03 / 77 10 33
Mitgliedschaft: Kneipp-Landesverband und Paritätischer Wohlfahrtsverband | www.kneippbund-nrw.de

Koronarsportgruppe Unna e.V.

Herzsport unter Aufsicht und Anleitung ausgebildeter Ärzte und Übungsleiter
jeden Montag | 18.30 – 20.00 Uhr
- Gymnastik und Ballspiele
Hellwegsporthallen | Palaiseaustraße 1 | 59425 Unna

jeden Donnerstag | 17.00 – 18.00 Uhr

- Wassergymnastik

Katharinen-Hospital Unna | Obere Husemannstr. 2 | 59423 Unna

Die Übungsstunden finden nicht in den Ferien statt.

[Kontakt | Infos](#)

Beate Engelmänn | E-Mail koronarsportgruppe-unna@gmx.de

oder

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Krebs | Brustkrebsbetroffene Frauen, Unna

Erfahrungsaustausch und Gespräche in vertrauensvoller Atmosphäre unter Gleichbetroffenen

in den ungeraden Wochen alle 14 Tage | 16.00 – 18.00 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna.

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Krebs | Frauengymnastik nach Krebs, Unna

Bewegungsgymnastik und gemeinsame Gespräche, Unterstützung bei der Krankheitsbewältigung

jeden Mittwoch | 16.00 Uhr

Gymnastikraum des Katharinen Hospital | Obere Husemannstraße 2 | 59423 Unna

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Krebs | Selbsthilfe nach Krebs, Kamen

Gesprächskreis für Betroffene und Angehörige

1 x monatlich montags | 17.30 Uhr

Termine bitte erfragen

Lutherzentrum | Heerener Str. 144 | 59174 Kamen - Heeren

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Lebensgesprächskreis, Bönen

Austausch, Unterstützung, Hilfe, Gemeinschaft

jeden Montag | 18.00 Uhr

Altentagesstätte der Gemeinde Bönen | Bahnhofstraße/Ecke Steinstraße | 59199 Bönen

Eine vorherige Anmeldung ist erwünscht.

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Lungenerkrankte „Sauerstoffliga“, Kamen

Gesprächskreis für Lungenerkrankte

jeden 1. Mittwoch im Monat | 16:30 bis 18:00 Uhr

Seminarraum des Reha Zentrums oder in der Cafeteria des Hellmig Krankenhauses Kamen | Nordstraße 34
| 59174 Kamen

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Morbus Bechterew, Kamen

Muskelgymnastik unter Anleitung, gemischte Gruppe, offenes Angebot

jeden Mittwoch | 19.00 Uhr

Kath. Pfarrheim | 59174 Kamen-Methler

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Morbus Crohn + Colitis Ulcerosa, Unna

jeden letzten Mittwoch im Monat | 19.30 Uhr

Ort und Termine bitte bei u.a. Ansprechpartnerin erfragen

[Kontakt | Infos](#)

E-Mail SHG-Unna-CED@gmx.de | Internet: www.shg-unna.ced.de

oder

Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Multiple chemische Sensibilität (MCS), Unna

Wenn Düfte krank machen

Erfahrungsaustausch für Betroffene und Angehörige

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Multiple Sklerose Kamen

Gruppentreffen und Erfahrungsaustausch für Betroffene und Angehörige

jeden 1. Mittwoch im Monat | 19.00 Uhr

Perthes Heim Kamen | Perthesstr. | 59174 Kamen

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Multiple Sklerose Förderverein Unna-Bönen, Gruppe Unna

Gruppentreffen und Erfahrungsaustausch für Betroffene und Angehörige

jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat | 19.00 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

[Kontakt | Infos](#)

Internet: www.msf-unna-boenen.de

oder

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Muskelerkrankte und Körperbehinderte Kamen

Gruppentreffen und Erfahrungsaustausch | Rechtsberatung für Vereinsmitglieder von VeBU e.V.

einmal im Monat | Eltern helfen Eltern

[Kontakt | Infos](#)

VeBU e.V. Kamen | Verein für Betreuung und Unterstützung behinderter Menschen und deren Familien

Bahnhofstraße 12 | 59174 Kamen | Fon: 0 23 07 / 97 03 04 | www.vebuev.de

Narkolepsie, Unna

Treffen alle 2 Monate | Termine bitte erfragen

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Osteoporose Gymnastik, Unna

jeden Montag | 10.30 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Osteoporose, Warmwasser-Gymnastik, Unna

jeden Freitag | 9.00 Uhr

Katharinen-Hospital | 59423 Unna

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Parkinson Forum, Unna

Gruppentreffen

jeden 2. Mittwoch im Monat | 15.00 Uhr

Vortrag mit anschließender Diskussion

Veranstaltungsort wechselnd, siehe auch Programm im Internet: www.parkinson-unna.de

Parkinson Café, Unna

Ungezwungener Austausch

jeden 4. Mittwoch im Monat | 15.00 Uhr | außer Juni, Juli und Dezember

Gesundheitshaus Unna | Massener Str. 35 | 59423 Unna

Beratungsangebot

für Fragen aus dem Umfeld Morbus Parkinson, alles außer medizinische Fragen,
kostenlos und offen auch für Nichtmitglieder

jeden 4. Mittwoch im Monat | 8.30 – 10.30 Uhr | außer Dezember

nur nach telefonischer Anmeldung unter: 0 23 03 / 8 03 34

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

Info-Telefon: 0 23 03 / 8 03 34 | Internet www.parkinson-unna.de

oder

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Pflege | Gesprächskreis pflegender Angehörige, Bergkamen

jeden letzten Montag im Monat | 15.00 – 16.30 Uhr

Konferenzraum im Seniorenzentrum Haus am Nordberg | Albert-Einstein-Str. 2 | 59192 Bergkamen

[Kontakt | Infos](#)

Seniorenbüro Bergkamen | Frau Freitag | Fon 0 23 07 / 96 54 10 | E-Mail i.freitag@bergkamen.de
oder

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Pflege | Gesprächskreis pflegende Angehörige und Freund von Menschen mit Demenz, Kamen

Erfahrungsaustausch bei der herausfordernden Aufgabe der Pflege und Versorgung von Menschen mit einer Demenz Erkrankung, Austausch auf Augenhöhe, praktische Anregungen und gegenseitige Unterstützung
jeden 3. Donnerstag im Monat | 18.30 - 20.00 Uhr

Familienplenum e.V. | Nebenstelle der Südschule Heiliger Sankt Josef | Schwesterngang 8 | 59174 Kamen

[Kontakt | Infos](#)

Pflegestützpunkt Kamen | Andrea Schulte | Fon 0 23 07 / 2 89 90 60 | E-Mail psp.kamen@kreis-unna.de
oder

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Pflege | Gesprächskreis pflegende Angehörige, Unna

Erfahrungsaustausch für Angehörige

jeden 1. Montag im Monat | 20.00 Uhr

Melanchthon-Haus | Kleistraße 8 | 59427 Unna-Massen

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Polyneuropathie, Unna

Erfahrungsaustausch über die Erkrankung, Hilfe, Unterstützung, Informationen und Fachvorträge
jeden 3. Donnerstag im Monat | 15.00 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Post Polio Syndrom, Unna

Kinderlähmung, Poliomyelitis (epidemica anterior acuta), Post-Polio-Syndrom (PPS), Austausch, Unterstützung, Rat und Hilfe
Ort und Termine bitte erfragen.

[Kontakt | Infos](#)

Internet: www.polio.sh

oder

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Psychisch Kranke, Angehörigen-Gruppe, Kamen

Gruppengesprächskreis

jeden 1. Dienstag im Monat | 18.00 Uhr

Hellmig-Krankenhaus | Nordstr. 34 | 59174 Kamen | Konferenzraum I | 2. Etage

[Kontakt | Infos](#)

Rolf Pilz, Sozialpsychiatrischer Dienst Kreis Unna | Fon 0 23 07 / 9 82 00-13

oder

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Psychisch Kranke, Angehörigen-Gruppe, Unna

Gruppentreffen, Erfahrungsaustausch und Gespräche für Angehörige

alle 14 Tage donnerstags | 19.00 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Psychische Schwierigkeiten, Ängste, Depressionen, Unna

Austausch im Gespräch, Hilfe und Unterstützung

14täglich, montags | 18.30 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

Zum Gruppenbesuch melden Sie sich bitte vorher bei Frau Voß an.

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Reha- und Gesundheitssport Bönen

- Gruppe für Eltern und Angehörige behinderter Kinder und Jugendlicher
- Rehasport-Angebote
- Fahenschwenk-Gruppe
- Cheerleading-Gruppe
- Hallenbosseln
- Wassergymnastik
- Rückenschule und Entspannung
- Leichtathletik

[Kontakt | Infos](#)

Rudolf Mäkler | Fon 0 23 83 / 86 86

oder

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Return | Suchtselbsthilfegruppe, Unna

Angebote für Betroffene (Alkohol-, Medikamenten und Mehrfachabhängigkeiten) und Angehörige

Jeden Dienstag | 19.00 - 21.00 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

[Kontakt | Infos](#)

Wolfgang Ulrich

Fon 0231 / 72972220 | E-Mail wolfgangullrich@return-s.de | Internet www.return-s.de

oder

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Restless legs (RLS), Unna

Erfahrungsaustausch und Hilfe

Die Treffen finden 4 x jährlich statt und werden über die Presse angekündigt oder auf Anfrage.

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Rheuma | Deutsche Rheuma-Liga NRW e.V. | Arbeitsgemeinschaft Unna

Beratung

während dieser Zeit auch unter Tel. 0 23 03 / 27 23 29 erreichbar

Sprechstunde jeden 2. und 4. Montag | 14.00 - 16.00 Uhr

Gesundheitshaus Unna (in der Servicestation) | Massener Straße 35 | 59423 Unna

[Fibromyalgie Selbsthilfegruppe](#)

Erfahrungsaustausch, Information und Hilfe, Unterstützung bei der Suche nach Ärzten und Therapeuten
jeden 3. Donnerstag | 18.00 - 20.00 Uhr
Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

Rheuma Café, Unna

Offenes Treffen in ungezwungener Atmosphäre
jeden 3. Mittwoch | 15.00 Uhr
Café Koch | Friedrich-Ebert-Str. 29 | 59425 Unna

Kontakt | Infos

Internet: www.rheuma-liga.de

oder

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Rollstuhlclub Unna

jeden 2. Freitag im Monat | 15.00 Uhr
Zib, Zentrum für Information und Bildung | Lindenplatz 1 | 59423 Unna
Im Computerraum im Foyer (direkt gegenüber der Bibliothek)

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Schlaganfall | junge Betroffene, Bönen

Gesprächskreis zum Austausch und gegenseitiger Unterstützung
jeden letzten Mittwoch im Monat | 17.30 Uhr
Praxisräume Birgit Mokross | Bahnhofstr. 66 | 59199 Bönen

Kontakt | Infos

Internet: www.shg-boenen.de

oder

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Schlaganfall Selbsthilfegruppen Unna e.V.

Wir leisten Aufklärungsarbeit über Risikofaktoren und Symptome eines drohenden Anfalls. Vom ich zum wir.
Gegenseitige Unterstützung bei der Bewältigung der Lebenssituation, Information und Motivation.

Gesprächskreis

jeden 4. Mittwoch im Monat | 15.00 - 16.30 Uhr
Cafe-Bistro im Park | Luisenstr. 22 | 59425 Unna-Königsborn

Gymnastikgruppe

jeden Montag (außer in den Schulferien) | 15.00 - 16.30 Uhr

Turnhalle der Schillerschule | Massener Hellweg 7a | 59427 Unna-Massen

Gedächtnistraining und Spiele

jeden 2. Mittwoch im Monat | 9.30 - 11.30 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Schmerzen, chronische, Unna

Termine auf Anfrage | donnerstags | 18.00 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Schreiben befreit, Unna

Schreib- und Gesprächskreis Betroffener mit psychischen Problemen
und in Konfliktsituationen

in den geraden Wochen alle 14 Tage donnerstags | 19.30 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Sozialverband VdK | Ortsverband Unna

jeden Mittwoch Beratung in der Servicestation | 15.00 - 17.00 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

Heidemarie Bremmer | Fon 02303 / 4 02 22 oder vormittags 02303 / 1 03 – 2 52

Christa Rumpel | Fon 0 23 03 / 6 08 53

oder

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Spieler/innen und Angehörige (Glücksspiel), Unna

14tägig | 19.30 – 21.30 Uhr

Arbeitskreis gegen Spielsucht e.V. | Südring 31 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

Andreas Bündler | Fon 0 17 83 00 74 29

oder

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Stoma | Deutsche ILCO, Unna

Selbsthilfegruppe für Stomaträger und Menschen mit Darmkrebs

jeden 3. Mittwoch im Monat | 16.00 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

Telefonische Beratung unter Fon 0 23 07 / 8 68 01

Internet www.ilco-nrw.de

oder

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Trauer | Trauergesprächskreis, Bönen

Trauerbewältigung, heraus aus der Isolation, Hilfe und Unterstützung

donnerstags | 1 x monatlich | 18.30 Uhr

Altentagesstätte der Gemeinde Bönen | Bahnhofstraße/Ecke Steinstraße | 59199 Bönen

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Trauer | Verstorbene Kinder, Kamen

Gesprächskreis für Eltern, Angehörige und Freunde

Abschied nehmen, gemeinsam trauern und einen eigenen Wege finden. Die Gruppe ist konfessionsübergreifend.

jeden 2. Montag im Monat | 19.00 Uhr

Gemeindezentrum „Heilige Familie“ (neben der Kath. Kirche) | Dunkle Str. 4 | 59174 Kamen

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Trauer | Gesprächsgruppe für Trauernde, Kamen

jeden 3. Dienstag im Monat | 18.00 – 19.30 Uhr

Kontakt | Infos

Kamener Hospiz e. V. | Kämmerstraße 35 | 59174 Kamen

Fon 0 23 07 / 23 46 12

Bürozeiten freitags 10.00 – 12.00 Uhr und nach Vereinbarung

Traumatische Geburt, Unna

Treffen auf Anfrage.

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Vegetative Dystonie, Unna

Stressbedingt Belastungsstörung, wie Burnout etc.

Die Treffen finden auf Anfrage statt.

Gesundheitshaus Unna | Massener Str. 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Wohnen | Beginenhof Unna

Förderverein Beginen-Kultur-Unna e.V.

Ein gemeinschaftliches Wohn- und Lebenskonzept, über das anonyme Wohnen hinaus nachbarschaftliches Miteinander ermöglichen. Weder Alter, Religion, Kultur noch gesellschaftlicher Hintergrund sind vorgegeben.

Gemeinsam ist der Wunsch nach einem offenen und verantwortungsvollen Miteinander.

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de | simone.saarbeck@kreis-unna.de

Zerebralparese, frühkindliche – Zebra PA, Unna

Elterngesprächskreis

jeden 1. Donnerstag im Monat | 19.30 Uhr

Pfarrheim der kath. Kirche | Dunkle Straße 4 | 59174 Kamen

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)

Margret Voß | Simone Saarbeck

