

Selbsthilfegruppen im Mittelkreis Unna

Unna | Bergkamen | Bönen | Kamen

Stand: 25.03.2015

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

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

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

Selbsthilfegruppen im Mittelkreis	4
Abnehmen und nicht mehr rauchen, Unna.....	4
AD(H)S Familien mit entwicklungsverzögerten Kindern, Unna.....	4
Adipositas, Kamen.....	4
Adipositas, Unna	4
Akustikus Neurinom e.V., Regionalgruppe Unna	4
Alkohol Anonyme Alkoholiker (AA) Unna-Mitte	5
Alkohol Blaues Kreuz, Unna.....	5
Alkohol Blaues Kreuz Stadtverband Bergkamen	5
Alkohol Freundeskreis Bergkamen im Blauen Kreuz in der ev. Kirche e.V.	5
Alkohol Freundeskreis Sucht Bergkamen	6
Alkohol "Grüner Zweig", Alkoholranke und Angehörige, Bönen.....	6
Alkohol Kreuzbund Bönen	6
Alkohol Suchthilfe 95, Unna	6
Amputierte mit einer Prothese & Angehörige, Unna	7
Ängste, Depressionen, Gruppe I, Unna	7
Ängste, Depressionen, Gruppe II, Unna	7
Asperger Syndrom, Elterngruppe, Unna	7
Autistische Kinder, Elterngruppe, Unna	7
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.....	8
Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna Selbsthilfegruppe Bergkamen.....	8
Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna Selbsthilfegruppe Unna Jugendgruppe	9
Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna Selbsthilfegruppe Kamen.....	9
Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna Sprechstunde, Unna	9
Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna Selbsthilfegruppe Unna	9
Craniomandibuläre Dysfunktion (CMD) Kieferfehlbissstellung	10

Depressionen, Ängste, Gruppe I, Kamen.....	10
Deutsche RHEUMA-LIGA NRW e.V., Unna.....	10
Depressionen, Ängste, Panik, Bönen.....	10
Diabetiker Bergkamen	10
Diabetiker Typ I, Unna (Beratung).....	11
Diabetiker Typ I, Unna (Gruppentreffen)	11
Familienbande / Familiennetzwerk Kamen e.V.	11
Fibromyalgie, Unna	11
Freizeittreff, Unna	11
Hereditäre spastische Spinalparalyse (HSP)	12
Hochbegabte Kinder, Elterngruppe (DGhK), Unna	12
Hochbegabte Kinder Spielangebot für Kinder ab 10 Jahren, Unna, (DGhK).....	12
Hochbegabte Kinder Spielnachmittag für Kinder aller Altersgruppen, Unna, (DGhK)	12
Hospiz Ambulanter Kinderhospiz Dienst Kreis Unna	13
Hospiz Kamener Hospiz e.V.....	13
Initiative Down Syndrom Kreis Unna e.V. (IDS)	13
Kneipp-Verein Unna e.V.....	13
Koronarsportgruppe Unna e.V.....	14
Krebs Brustkrebsbetroffene Frauen, Unna.....	14
Krebs Frauengymnastik nach Krebs, Unna.....	14
Krebs Selbsthilfe nach Krebs, Kamen	14
Lebensgesprächskreis, Bönen	15
Lungensport, Kamen	15
Morbus Bechterew, Kamen	15
Morbus Crohn + Colitis Ulcerosa, Unna	15
Multiple chemische Sensibilität (MCS), Unna	16
Multiple Sklerose Kamen.....	16
Multiple Sklerose Förderverein Unna-Bönen, Gruppe Unna.....	16
Muskelerkrankte und Körperbehinderte Kamen.....	16
Narkolepsie, Unna	17
Neurodermitis / Allergien und Symptomerkrankungen, Unna	17
Osteoporose Gymnastik, Unna	17
Osteoporose, Warmwasser-Gymnastik, Unna	17
Parkinson, Unna	17
Pflege Gesprächskreis pflegender Angehörige, Bergkamen	18
Pflege Gesprächskreis pflegende Angehörige von an Demenz erkrankter Menschen, Kamen	18
Pflege Gesprächskreis pflegende Angehörige, Unna	18
Pflege Pflegende Angehörige von Alzheimer Patienten, Unna.....	18
Polyneuropathie, Unna	19
Post Polio Syndrom, Unna	19
Psychisch Kranke, Angehörigen-Gruppe, Kamen.....	19
Psychisch Kranke, Angehörigen-Gruppe, Unna.....	19

Psychische Schwierigkeiten, Ängste, Depressionen, Unna.....	19
Restless legs (RLS), Unna	20
Reha- und Gesundheitssport Bönen	20
Rheuma-Liga, Arbeitsgemeinschaft Unna.....	20
Rollstuhlclub Unna.....	20
Schlaganfall Selbsthilfegruppen Unna e.V.	21
Schmerzen, chronische, Unna	21
Schreiben befreit, Unna.....	21
Selbstvertrauen, Selbstbewusstsein, Unna.....	22
Sozialverband VdK Ortsverband Unna	22
Sozialverband VdK, Unna Rechtsberatung.....	22
Sozialverband VdK, Unna Rentenberatung	22
Spieler/innen und Angehörige (Glücksspiel)	22
Stoma Deutsche ILCO, Unna	23
Tauschring im Gesundheitshaus Unna	23
Tauschring Unna e.V.....	23
Trauer Leere Wiege, Kamen	23
Trauer Trauergesprächskreis, Bönen.....	24
Trauer Verstorbene Kinder, Kamen.....	24
Traumatische Geburt, Unna	24
Ullrich Turner Syndrom.....	24
Vegetative Dystonie, Unna	24
Wohnen Beginenhof Unna	25
Wohnen Zusammenleben in Unna e.V.	25
Zerebralparese, frühkindliche – Zebra PA, Unna	25
Zöliakie-Treff, Unna	25

Selbsthilfegruppen im Mittelkreis

Abnehmen und nicht mehr rauchen, Unna

Gespräche, Erfahrungsaustausch und gegenseitige Hilfe von Betroffenen
In den geraden Wochen alle 14 Tage freitags | 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 | Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de

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

Akustikus Neurinom e.V., Regionalgruppe Unna

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

Kontakt | Infos

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

oder im Internet: www.akustikus.de

Alkohol | Anonyme Alkoholiker (AA) Unna-Mitte

jeden Donnerstag | 19.30 Uhr

Ev. Gemeindehaus (neben der Stadtkirche) | Kirchplatz | 59425 Unna

Kontakt | Infos

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

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

Alkohol | Blaues Kreuz Stadtverband Bergkamen

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

Sprechstunde für Angehörige: donnerstags | 18.30 Uhr | Terminabsprache unter Telefon 0 23 07 / 6 77 33

Nebengebäude Auferstehungskirche Bergkamen-Weddinghofen

Gruppe Bergkamen-Mitte:

jeden Donnerstag | 19.15 Uhr | Ansprechpartner: Manfred Mühlberg | Telefon 0 23 07 / 55 48 22

Friedenskirche | Schulstr. 156 | 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 | Bergkamen

Frauengruppe:

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

Bergkamen-Mitte

Kontakt | Infos

Weitere Infos unter: www.blaues-kreuz-bergkamen.de

oder

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

Margret Voß | Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@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](#)

www.bke-freundeskreis-bergkamen.de

oder

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

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

Alkohol | Kreuzbund Bönen

jeden Mittwoch | 19.00 Uhr

Ev. Kirche | Niemöller Str. 16 | 59199 Bönen

[Kontakt | Infos](#)

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

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

Ängste, Depressionen, Gruppe II, Unna

Austausch im Gespräch, Hilfe und Unterstützung in der Lebenssituation
jeden Montag | 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 | Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de

Asperger Syndrom, Elterngruppe, Unna

Gesprächsaustausch und Hilfestellung
jeden 2. + 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 | Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de

Autistische Kinder, Elterngruppe, Unna

Gesprächsaustausch und gegenseitige Hilfe
Nach telefonischer Absprache.

Kontakt | Infos

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

Behinderungen | Eltern behinderter Kinder, Kamen

Begegnungsmöglichkeit, gegenseitiger Austausch, Planen und Schaffen gemeinsamer Aktionen
jeden 2. Mittwoch im Monat | 9.00 Uhr
Zentrum der Familienbande/Familiennetzwerk | Bahnhofstr. 46 | 59174 Kamen

Kontakt | Infos

Familienbande | Fon 0 23 07 / 1 40 07 41
und
Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
Margret Voß | Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de

Behinderungen | Offene Behindertengruppen Bönen

Begegnung | Austausch | Gemeinschaft
Ort und Termine bitte bei u.a. Ansprechpartnerin erfragen.

Kontakt | Infos

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

Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna | Selbsthilfegruppe Bergkamen

Gruppentreffen zweiwöchentlich dienstags | 15.00 Uhr
Albert-Schweizer Haus | Schulstr. 8 | 59192 Bergkamen

Kontakt | Infos

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

Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna | Selbsthilfegruppe Unna | Jugendgruppe

Jugendgruppe für Menschen im Alter von 16 – 25 Jahren.

jeden 3. Samstag im Monat | 13.30 Uhr

Gesundheitshaus Unna (Raum D 1) | Massener Straße 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

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

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

Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna | Selbsthilfegruppe Kamen

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

Foto Holzer | Bahnhofstraße 49 | 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 | Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de

Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna | 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

oder

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

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

Craniomandibuläre Dysfunktion (CMD) Kieferfehlbissstellung

Überregionale Treffen.

Termine auf Anfrage.

Kontakt | Infos

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

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

Depressionen, Ängste, Gruppe I, Kamen

Austausch und Hilfe zur Selbsthilfe, gegenseitig Mut machen

Haus der Familienbande | Bahnhofstr. 46 | 59174 Kamen

Anmeldung erforderlich

Kontakt | Infos

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

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

Deutsche RHEUMA-LIGA NRW e.V., 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 | Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de

Depressionen, Ängste, Panik, Bönen

Gegenseitige Hilfe und Austausch im Gespräch

jeden 1. Montag | 19.00 Uhr

St. Bonifatius Pfarrheim | Bahnhofstr. 18 a | Bönen

Kontakt | Infos

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

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

Diabetiker Bergkamen

jeden 2. Donnerstag im Monat | 18.30 Uhr

Vitalcenter, Präsidentenstr. in Bergkamen

Kontakt | Infos

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

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

Diabetiker Typ I, Unna (Beratung)

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

Diabetiker Typ I, Unna (Gruppentreffen)

Gespräche, Erfahrungsaustausch, Diskussion und Schulungen

jeden 2. Mittwoch 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 | Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@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 – 12.00 Uhr und nach Vereinbarung

Café-Zeiten | Mo. – Fr. 9.00 – 12.00 Uhr

Familienbande/Familiennetzwerk | Bahnhofstr. 46 | 59174 Kamen

Kontakt | Infos

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

www.familienbande-kamen.de

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

Hereditäre spastische Spinalparalyse (HSP)

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

persönlich: ah@gehn-mit-hsp.de

dk@gehn-mit-hsp.de

www.gehn-mit-hsp.de

oder

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

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

Hochbegabte Kinder | Spielangebot für Kinder ab 10 Jahren, Unna, (DGhK)

Mitzubringen sind Freude an Gesellschaftsspielen, Lieblingsspiele (Karten- oder Brettspiele), Fingerfoot, etwas zu Trinken und gute Laune

jeden 2. Monat am letzten Samstag im Monat | 18.30 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Str. 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

Eine Anmeldung wird erbeten bei Anja Pompowski | Fon 02 31 / 4 46 26 99

oder E-Mail dortmund-spiele@dghk-rr.de

oder

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

Margret Voß | Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@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 2. Monat am letzten Sonntag im Monat | 15.30 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Str. 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

Eine Anmeldung wird erbeten bei Anja Pompowski | Fon 02 31 / 4 46 26 99

oder E-Mail dortmund-spiele@dghk-rr.de

oder

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
Margret Voß | Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@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. | Kämerstraße 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.

Die Initiative Down-Syndrom-Sprechstunde findet nach Absprache im Heinrich-Martin-Heim der AWO, Am Wiehagen 32 in Bergkamen statt.

Jeden 2. und 4. Samstag im Monat findet ein Elterntreff um 10.00 Uhr statt (eine Anmeldung dafür wäre wünschenswert, aber nicht notwendig)

Einzelgespräche bieten wir nach telefonischer Vereinbarung an.

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

Kontakt | Infos

Hotline: 01 63 / 4 37 58 00 | www.ids-unna.de

oder

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

Kneipp-Verein Unna e.V.

Pilates jeden Dienstag | 11.00 – 12.30 Uhr

Beratung jeden Dienstag | 11.00 - 12.00 Uhr

Beratung jeden Donnerstag | 14.00 – 16.00 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

[Kontakt | Infos](#)

Servicestation im Gesundheitshaus Unna | Fon 0 23 03 / 27 23 29

oder über Karl F. Diehle | Fon 0 23 03 / 6 53 91 | Fax 0 23 03 / 6 53 91

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 – 20.00Uhr

- Gymnastik und Ballspiele
Hellwegsporthallen | Palaiseaustaße 1 | 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](#)

Ullrich von Werne | ullrichvonwerne@t-online.de

oder

Beate Engelmann | koronarsportgruppe-unna@gmx.de

oder

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

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

Krebs | Brustkrebsbetroffene Frauen, Unna

Erfahrungsaustausch und Gespräche in vertrauensvoller Atmosphäre unter Gleichbetroffenen

Termine auf Anfrage.

[Kontakt | Infos](#)

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

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

Krebs | Selbsthilfe nach Krebs, Kamen

Gesprächskreis für Betroffene und Angehörige

1 x monatlich montags | 17.30 Uhr

Die genauen Termine erfragen Sie bitte bei u.a. Ansprechpartnerin.
Lutherzentrum | Heerener Str. 144 | 59174 Kamen - Heeren

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
Margret Voß | Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@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 bei Frau Voß ist erwünscht.

[Kontakt | Infos](#)

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

Lungensport, Kamen

Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit und der Lebensqualität durch Sport- und Bewegungstherapie bei Asthma bronchiale, chronisch obstruktiver Bronchitis (COPD) und Lungenemphysem.
Hellmig-Krankenhaus Kamen | Nordstr. 34 | 59174 Kamen

[Kontakt | Infos](#)

Leitender Arzt: Dr. B. Beckmann | FA Lungen- und Bronchialheilkunde Kamen | Fon 0 23 07 / 2 89 90 00
oder
Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
Margret Voß | Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de

Morbus Bechterew, Kamen

Muskelgymnastik unter Anleitung, gemischte Gruppe, offenes Angebot
jeden Mittwoch | 19.00 Uhr
Kath. Pfarrheim | Kamen-Methler
und
Gaststätte Turmklause | Harkordstraße

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
Margret Voß | Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@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](#)

Ansprechpartnerin | Fon 0 23 89 / 5 26 11 63 | Fax 0 23 89 / 9 78 32 15

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

Multiple chemische Sensibilität (MCS), Unna

Wenn Düfte krank machen

Gruppentreffen und Erfahrungsaustausch für Betroffene und Angehörige

jeden 2. Donnerstag im Monat | 17.00 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | Unna

Kontakt | Infos

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

Margret Voß | Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@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 | Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@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 | Unna

Kontakt | Infos

Im Internet unter www.msf-unna-boenen.de

oder

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

Margret Voß | Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@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 | Die genauen Termine erfragen Sie bitte bei u.a. Ansprechpartnerin.
Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

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

Neurodermitis / Allergien und Symptomerkrankungen, Unna

Es finden zur Zeit keine Treffen statt.

Kontakt | Infos

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

Parkinson, Unna

jeden 2. Mittwoch im Monat | 15.00 Uhr
Vortrag mit anschließender Diskussion
anschließend
Parkinson Gesprächskreis
(nur nach nicht-öffentlichen Veranstaltungen)
Veranstaltungsort wechselnd, siehe auch Programm im Internet

Kontakt | Infos

Info-Telefon: 0 23 03 / 8 03 34 | www.parkinson-unna.de
oder
Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
Margret Voß | Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de

Pflege | Gesprächskreis pflegender Angehörige, Bergkamen

Für Menschen mit einer Demenz-Erkrankung

jeden 4. 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 | Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de

Pflege | Gesprächskreis pflegende Angehörige von an Demenz erkrankter Menschen, 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

Räume des Familienunterstützenden Dienstes der Lebenshilfe (Eingang des ehemaligen Gebäudes Dr. Nüsken) | Bahnhofstr. 46 a |, 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 | Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@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 | Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de

Pflege | Pflegende Angehörige von Alzheimer Patienten, Unna

Gesprächskreis und Erfahrungsaustausch

jeden 1. Donnerstag im Monat | 17.30 - 19.30 Uhr

Haus Gadum | Gadumer Straße 9 -11 | 59425 Unna-Königsborn

Kontakt | Infos

Weitere Infos unter: www.alzheimer-selbsthilfegruppe.de

oder

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

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

Post Polio Syndrom, Unna

Kinderlähmung, Poliomyelitis (epidemia anterior acuta), Post-Polio-Syndrom (PPS), Austausch, Unterstützung, Rat und Hilfe
Ort und Termine bitte bei u.a. Ansprechpartnerin erfragen.

Kontakt | Infos

Weitere Infos unter: www.polio.sh

oder

Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
Margret Voß | Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@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 | 6. Etage

Kontakt | Infos

Stefan Marske, Betreuten Wohnen AWO | Fon 0 23 06 / 26 99 00 und
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 | Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@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 | Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de

Psychische Schwierigkeiten, Ängste, Depressionen, Unna

Austausch im Gespräch, Hilfe und Unterstützung
14tägig, 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 | Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@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 | Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de

Reha- und Gesundheitssport Bönen

- Gruppe für Eltern und Angehörige behinderter Kinder und Jugendlicher
- Rehasport-Angebote
- Fahnenschwenk-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 | Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de

Rheuma-Liga, Arbeitsgemeinschaft Unna

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

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

[Kontakt | Infos](#)

Weitere Infos unter: www.rheuma-liga.de

oder

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

Margret Voß | Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@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 | Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@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 | Unna-Königsborn

- Gymnastikgruppe

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

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

- Gedächtnistraining und Spiele

jeden 2. Mittwoch im Monat | 9.30 - 11.30 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

[Kontakt | Infos](#)

Rainer Sieberg | Schlaganfall Selbsthilfegruppen Unna e.V.

Fon 0 23 06 / 8 34 88

oder

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

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

Schmerzen, chronische, Unna

jeden 1. Donnerstag im Monat | 18.00 Uhr

Gesundheitshaus Unna (Raum D 1) | Massener Straße 35 | 59423 Unna

[Kontakt | Infos](#)

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

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

Selbstvertrauen, Selbstbewusstsein, Unna

jeden 2. Mittwoch im Monat | 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 | Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@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

H.-D. Suske | Fon 0 23 03 / 5 15 87 | Christa Rumpel | Fon 0 23 03 / 6 08 53

oder

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

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

Sozialverband VdK, Unna | Rechtsberatung

Rechtsberatung mit Rechtsanwältin Frau Hedderich

jeden 3. Mittwoch | 14.00 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

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

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

Sozialverband VdK, Unna | Rentenberatung

Mittwochs um 15.00 Uhr auf Anfrage bei Dieter Brüggemann, ehrenamtlicher Versichertenältester der LVA

Termine auf Anfrage | Fon 0 23 89 / 53 50 32

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

Dieter Brüggemann | Fon 0 23 89 / 53 50 32

oder

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

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

Spieler/innen und Angehörige (Glücksspiel)

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

Tauschring im Gesundheitshaus Unna

Treffen auf Anfrage

Kontakt | Infos

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

Tauschring Unna e.V.

jeden Mittwoch im Monat | 15.00 Uhr
Treffen nach telefonischer Anmeldung unter: 0 230 3 / 59 21 80 oder 01 70 / 20 45 30 6 im
Stadtteilzentrum Süd Gartenvorstadt Unna | Erlenweg 10 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

Weitere Infos unter: www.tauschring-gartenvorstadt.de | Fon 0 23 03 / 59 21 80
oder
Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
Margret Voß | Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de

Trauer | Leere Wiege, Kamen

Offener Gesprächs- und Kontakttreff für Eltern bei Fehlgeburt, Todgeburt oder kurz nach der Geburt
jeden 2. Dienstag im Monat | 19.00 – ca. 20.30 Uhr
Hellmig Krankenhaus | Nordstr. 34 | 59174 Kamen

Kontakt | Infos

siehe Kamener Hospiz e.V. – ambulanter Hospizdienst
oder
Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
Margret Voß | Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@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 | Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@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 | Fon 0 23 03 / 27-28 29 | E-Mail margret.voss@kreis-unna.de

Traumatische Geburt, Unna

Treffen auf Anfrage.

Kontakt | Infos

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

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

Ullrich Turner Syndrom

Überregionale Gruppe

Die Treffen finden auf Anfrage statt.

Kontakt | Infos

Weitere Infos unter: www.turner-syndrom.de

oder

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

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

Wohnen | Zusammenleben in Unna e.V.

Neue Wohnformen.

Treffen auf Anfrage

Kontakt | Infos

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

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

Zöliakie-Treff, Unna

Ernährungsberatung, einander helfen und austauschen, Informationen.

Die Treffen finden vierteljährlich statt und werden angekündigt.

Gesundheitshaus Unna | Massener Str. 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

Erstkontakt Sabrina Mühl nickel | Fon 01 76 93 12 99 89 oder Anika Wetzlar | Fon 01 79 9 02 19 33
oder

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

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