

Selbsthilfegruppen in Kooperation mit dem St. Marien-Hospital

■ Alzheimergesellschaft e.V. Mülheim an der Ruhr

Wir möchten Informationen rund um das Thema Demenzerkrankung geben

- Fon 0208 99107670

■ AA Anonyme Alkoholiker

Wir sind eine Gemeinschaft von Alkoholabhängigen, die sich gegenseitig helfen, abstinent zu leben. Das 12-Schritte-Programm und die Anonymität gehören dazu. Wir teilen Erfahrung, Kraft und Hoffnung miteinander!

- Ansprechpartnerin: Beate | Fon 0208 478646 (abends) | www.anonyme-alkoholiker.de

■ Aphasiker-Selbsthilfegruppe Mülheim

Schlaganfall, Hirntumor, Hirnverletzung führen häufig zu Sprachstörungen (Aphasie), Lähmungen, Sehstörungen usw. Betroffene und Ihre Angehörigen möchten wir gerne einladen.

- Ansprechpartner: Claus Schrey | Fon 0208 52861 | c.schrey@cityweb.de

■ COPD

Die Gemeinschaft macht Betroffenen Mut, die Krankheit anzunehmen und wir geben Hilfestellung dabei, mit der Krankheit umzugehen. Wir tauschen uns über unsere Erfahrungen aus. Wir gewinnen Ärzte, Apotheker, Therapeuten, die Vorträge bei uns halten, um Betroffene und Angehörige zu unterstützen.

- Ansprechpartner: Uschi und Klaus Nau | Fon 0208 9119948

■ Deutsche Diabetes Hilfe

Die Deutsche Diabetes Hilfe nimmt die Interessen aller Diabetiker wahr. In den Mülheimer Selbsthilfegruppen finden Betroffene und Angehörige ein offenes Ohr, Erfahrungsaustausch, Informationen und ein freundliches Miteinander.

- Ansprechpartnerin: Maria Forstmann | Fon 0208 478044 | maria.forstmann@web.de | www.nrw.menschen-mit-diabetes.de

■ Deutsche Ilco e.V.

Das Motto unserer Gruppe lautet: „Sie sind nicht alleine, wenn Sie einen künstlichen Darm- oder Blasenausgang erhalten oder bei Ihnen Darmkrebs festgestellt wird, auch wenn kein Stoma angelegt werden muss.“ Selbstbetroffene besuchen Sie gerne im Krankenhaus oder beraten Sie am Telefon zum Leben mit der Erkrankung, mit dem Stoma

Einmal monatlich treffen wir uns zum Erfahrungsaustausch in der Gruppe!

- Ansprechpartner: Herbert Kälke | Fon 0208 371167

■ Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft, Bundesverband e. V.

Die Diagnose Multiple Sklerose ist ein Schock, bedeutet aber keinesfalls ein Ende der Lebensqualität. Mitarbeitende in der Selbsthilfegruppe helfen Menschen, diese Krankheit als Chance zu begreifen und ggf. neue Wege zu beschreiten. Treffen alle 14 Tage, donnerstags ab 15.00 Uhr, Altentagesstätte Folkenbornshof

- Ansprechpartner: Karl-Heinz Reinelt | Fon 0208.434978 | k.reinelt@gmx.net

■ Guttempler

Die Selbsthilfe-Gemeinschaft fördert die alkoholfreie Begegnung, Weiterbildung und Freizeitgestaltung aller Altersgruppen. Zur Lösung von Alkohol- und anderen Drogenproblemen tragen die Guttempler unter anderem durch ihre bewusste Entscheidung bei, frei von diesen Substanzen zu leben.

- Ansprechpartner: Udo Hölzner | Fon 0173 4085431 | humanitas@guttempler-nrw.de | www.guttempler-muelheim.de

■ **Koronare Herzsportgruppe | Sport nach Schlaganfall**

Durch spielerische Bewegung unter ärztlicher Aufsicht wird die Verbesserung der Leistungsfähigkeit bei gleichzeitiger Erhöhung der Lebensqualität erreicht. So wird mit viel Spaß das Risikoprofil positiv beeinflusst.

- Ansprechpartner: Michael Lasser | Fon 0208 759092 | www.bs-muelheim.de | bs-muelheim@t-online.de

■ **Kreuzbund e.V.**

Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft für Suchtkranke und Angehörige mit dem Schwerpunkt auf Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit in 9 Mülheimer Gruppen.

- Ansprechpartner: Mike Brieden | Fon 0177 6470526 | www.kreuzbund-muelheim.de | info@kreuzbund-muelheim.de

■ **Selbsthilfegruppe Hoffnung für Depression**

Wir sind eine gemischte Gruppe von Betroffenen aller Altersklassen und tauschen uns über unsere Erfahrungen aus. Wir machen uns Mut und geben uns Hilfestellung. Wer möchte, kann anonym bleiben.

- Ansprechpartnerin: Ute | Fon 0208 70437 | Dagmar | Fon 0208 482888

■ **Prostata-SHG**

Eine Selbsthilfegruppe zu allen Themen der Prostata-Erkrankungen mit dem Schwerpunkt Krebs.

Wir tauschen Erfahrungen aus, sprechen über unsere Ängste, versuchen, unsere Partner einzubeziehen.

Außerdem informieren wir über Diagnose- und Therapiemöglichkeiten. Eingeladen sind alle Betroffenen und /oder Interessierten, auch mit Partnerinnen. Treffen 2. Montag im Monat, 17.00 Uhr, Contilia Akademie im St. Marien-Hospital.

- Ansprechpartner: Klaus Weber | Fon 0208 431624 | sabine181053@freenet.de

■ **Rheumaliga**

Die Deutsche Rheuma-Liga ist eine Hilfs- und Selbsthilfegemeinschaft. Da es ca. 200 verschiedene rheumatische Erkrankungen gibt, ist eine individuelle und kompetente Beratung, die wir Ihnen geben möchten, sehr wichtig.

Sie sind in unseren Sprechstunden (jeden 2. Dienstag im Monat) herzlich willkommen.

Wir freuen uns, Ihnen helfen zu können.

- Ansprechpartner: Peter Biemann | Fon 0208 82797710 | www.rheuma-liga-nrw.de

■ **Schmetterlinge e.V.**

Die Ziele der Gruppe sind, eigene Erfahrungen weiter zu geben, Neuigkeiten über Schilddrüsenerkrankungen und entsprechende Fachliteratur zu bekommen, den Kontakt zu anderen Erkrankten zu erhalten und den Kontakt zu kompetenten Ärzten und Kliniken zu ermöglichen. es werden alle Themen rund um die Schilddrüsenerkrankungen angesprochen (Morbus Basedow, Hashimoto-Thyreoiditis. Knoten. Krebs u.v.m.)

- Ansprechpartnerin: Kirsten Wosniack | Fon 0201 33 28 272

■ **Selbsthilfegruppe Schlaganfall**

Die Selbsthilfegruppe trifft sich jeden dritten Mittwoch um 17 Uhr im St. Marien-Hospital Mülheim an der Ruhr.

- Ansprechpartner: Ulrich Donath | Fon 0173 2120698

■ **Selbsthilfebüro**

Unterstützung und Beratung für Selbsthilfegruppen und an Selbsthilfe interessierte Menschen.

Der Paritätische, Selbsthilfebüro

- Ansprechpartnerin: Anke van den Bosch | Fon 0208 3004814 | www.paritaet-nrv.org | anke.van-den-bosch@paritaet-nrv.org