

Selbsthilfegruppen im Mittelkreis Unna

Unna | Bergkamen | Bönen | Kamen

Stand: 04.10.2024

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
NN | E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Ansprechpartnerin für die **junge Selbsthilfe** im Kreis Unna:
Laura Schwarz
Fon 0 23 03 / 27-27 29 | E-Mail jungeselbsthilfe@kreis-unna.de

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

Selbsthilfegruppen im Mittelkreis	5
AD(H)S Erwachsene, Kamen	5
AD(H)S Familien mit entwicklungsverzögerten Kindern, Unna	5
AD(H)S „Leuchtturm“, Unna.....	5
Adipositas, Kamen	5
Akustikus Neurinom e.V., Regionalgruppe Unna	6
Alleinerziehend, Unna	6
Angst Online	6
Angst und Panik junge Betroffene (U35) Frauen, Unna	6
Behinderungen Offene Behindertengruppe Bönen	6
Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna Beratung und Sprechstunde, Bergkamen	7
Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna Selbsthilfegruppe Kamen	7
Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna Beratung und Sprechstunde, Unna.....	7
Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna Selbsthilfegruppe Unna	7
Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna Selbsthilfegruppe für junge und berufstätige Betroffene	8
COVID-19 Long Covid, Unna	8
COVID-19 Post-Vac-Syndrom, Unna.....	8
Darmerkrankung Stoma und Darmkrebs, Unna	8
Demenz, Angehörige „Vergissmeinnicht“, Kamen	9

Demenz Gesprächskreis, Kamen	9
Demenz Gesprächskreis, Fässchen, Unna	9
Depressionen, Ängste, Unna	9
Depressionen, Ängste, dienstags, Unna	9
Depressionen, Ängste, donnerstags, Unna (in Gründung)	10
Depressionen, Ängste, junge Betroffene (U35) „Psychonauten“, Unna	10
Depressionen, junge Betroffene (U35), Kamen	10
Diabetiker Bergkamen	10
Diabetiker Typ I, Unna (Gruppentreffen)	10
Essstörung Magersucht (Anorexia Nervosa), Unna	11
Familienbande / Familiennetzwerk Kamen e.V.	11
Fibromyalgie, Unna	11
Freizeit Treffen für Alleinstehende, Unna	11
Freizeit Spieletreff, Unna	12
Gewalt, Sexueller Missbrauch, Frauen, Kamen	12
Hochbegabte Kinder Elterngruppe (DGhK), Unna.....	12
Hochbegabte Kinder Spielnachmittag für Kinder aller Altersgruppen (DGhK), Unna.....	12
Hospiz Ambulanter Kinder- und Jugendhospizdienst Kreis Unna	12
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 Allgemein, Unna	14
Krebs Brustkrebs, Unna	14
Krebs Brustkrebsbetroffene Frauen, Unna	14
Krebs Frauengymnastik nach Krebs, Unna.....	15
Lichen Sclerosus Unna	15
Lungenerkrankungen COPD Selbsthilfe Unna	15
Lungenerkrankungen „Sauerstoffliga“, Kamen.....	15
Morbus Bechterew, Kamen	16
Morbus Crohn + Colitis Ulcerosa, Unna	16

Multiple Sklerose Kamen	16
Multiple Sklerose Unna	16
Muskelerkrankte und Körperbehinderte Kamen	16
Narzissmus "Opfer von Narzissten" Unna	17
Parkinson Forum, Unna	17
Pflege Gesprächskreis für pflegende Angehörige, Bergkamen	17
Pflege Gesprächskreis für Angehörige von Menschen mit Demenz, Bönen	17
Polyneuropathie, Unna	18
Post Polio Syndrom, Unna	18
Psychisch Kranke, Angehörigen-Gruppe, Kamen	18
Psychische Erkrankungen Einsamkeit Heilsames Singen Bergkamen	18
Psychische Erkrankungen, Kreativgruppe Kamen	19
Reha- und Gesundheitssport Bönen	19
Restless legs (RLS), Unna	19
Rheuma Deutsche Rheuma-Liga NRW e.V. Arbeitsgemeinschaft Bergkamen / Bönen	19
Rheuma Deutsche Rheuma-Liga NRW e.V. Arbeitsgemeinschaft Unna	20
Rollstuhlclub Unna	20
Schlaganfall Selbsthilfegruppen Unna e.V.	20
Schmerzen, chronische, Unna	21
Schmerzen Rücken Unna	21
Schreiben befreit, Unna	21
Sehbehinderung, Netzwerk Auge Kreis Unna, Kamen	21
Sexuelle Orientierung Transsexualität Unna	22
Sozialverband VdK Ortsverband Unna	22
Spieler/innen und Angehörige (Glücksspiel), Unna	22
Sterbebegleitung Ambulanter Paritätischer Hospizdienst Unna	22
Sucht Alkohol Blaues Kreuz, Kamen	22
Sucht Alkohol Blaues Kreuz in der ev. Kirche, Stadtverband Bergkamen	23
Sucht Alkohol Kreuzbund Bönen	23
Sucht Alkohol Suchthilfe 95, Unna	23
Sucht Allgemein stoffgebunden junge Betroffene (U35), Unna	24

Sucht Angehörige „Neue Wege“, Unna	24
Sucht Essstörungen, Online-Gruppe	24
Sucht Mehrfachabhängigkeit Kamen.....	24
Sucht stoffgebundene Drogen Betroffene und Angehörige, Unna	25
Sucht Mehrfachabhängigkeit Return, Unna.....	25
Tauschring, Unna	25
Trauer Trauergesprächskreis, Bönen.....	25
Trauer Verstorbene Kinder, Kamen	26
Trauer Gesprächsgruppe für Trauernde, Kamen	26
Trauer Eltern Unna	26
Vegetative Dystonie, Unna	26
Wohnen Beginenhof Unna.....	26
Wohnen Beginenhof Unna Königsborn	27

Selbsthilfegruppen im Mittelkreis

AD(H)S Erwachsene, Kamen

Gespräche, Informationsaustausch, gegenseitige Hilfe und Unterstützung

jeden Donnerstag | 18.30 Uhr

Familienbande- Familiennetzwerk Kamen e.V. | Bahnhofstr. 46 | Eingang ehemalg Nüsskenfabrik

[Kontakt | Infos](#)

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

E-Mail selbsthilfe@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.)

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

AD(H)S „Leuchtturm“, Unna

Gespräche, Informationsaustausch, gegenseitige Hilfe und Unterstützung

Kontakt auf Anfrage.

[Kontakt | Infos](#)

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

E-Mail selbsthilfe@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.)

E-Mail selbsthilfe@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.)

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Alleinerziehend, Unna

jeden 1. und 3. Freitag | 15.30 - 17.30 Uhr
Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

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

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Angst | Online

Online Selbsthilfegruppe für Betroffene von Angsterkrankungen.
Treffen wöchentlich mittwochs im Abendbereich. Weitere Informationen auf Anfrage.

Kontakt | Infos

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

Laura Schwarz | Fon 0 23 03 / 27-27 29 | E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Angst und Panik | junge Betroffene (U35) | Frauen, Unna

Gesprächskreis verbunden mit gemeinsamen methodischen Übungen, vertrauensvoller Austausch und gegenseitig Mut machen.

Gruppe für betroffene Frauen unter 35 Jahren.

Treffen vor Ort oder nach Absprache per Videokonferenz. Ort und Zeit der Treffen bitte erfragen.

Kontakt | Infos

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

Laura Schwarz | Fon 0 23 03 / 27-27 29 | E-Mail jungeselbsthilfe@kreis-unna.de

Behinderungen | Offene Behindertengruppe Bönen

Begegnung | Austausch | Gemeinschaft

Ort und Termine bitte erfragen.

Kontakt | Infos

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

E-Mail selbsthilfe@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.

nur telefonische Beratung

Kontakt | Infos

Internet www.blickpunkt-auge.de

oder

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

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna | Selbsthilfegruppe Kamen

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

Familienbande | Bahnhofstraße 46 | 59174 Kamen

Kontakt | Infos

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

E-Mail selbsthilfe@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.

nur telefonische Beratung

Kontakt | Infos

Internet www.blickpunkt-auge.de

oder

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

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna | Selbsthilfegruppe Unna

jeden 2. Dienstag im Monat | 14.30 – 16.30 Uhr

Katharinen-Hof | Bahnhofstr. 49 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

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

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Blinden- und Sehbehindertenverein Kreis Unna | Selbsthilfegruppe für junge und berufstätige Betroffene

Gemeinsame Unternehmungen, Aktivitäten und Gespräche.

Gruppentreffen monatlich auf Anfrage | an unterschiedlichen Orten kreisweit

Kontakt | Infos

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

Laura Schwarz | Fon 0 23 03 / 27-27 29 | E-Mail jungeselbsthilfe@kreis-unna.de

COVID-19 | Long Covid, Unna

Selbsthilfegruppe für Menschen, die an Covid-19 erkrankt waren und noch immer Symptome und Beschwerden haben. Bei den Treffen steht der Erfahrungs- und Informationsaustausch im Vordergrund.

jeden 4. Mittwoch im Monat | 18.00 – 20.00 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

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

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

COVID-19 | Post-Vac-Syndrom, Unna

Nebenwirkungen und Impfschäden nach der Coronaimpfung

jeden 2. und 4. Freitag im Monat | 17.00 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

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

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Darmerkrankung | Stoma und Darmkrebs, 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.)

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Demenz, Angehörige „Vergissmeinnicht“, Kamen

Gesprächskreis für Angehörige

Kontakt | Infos

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

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Demenz Gesprächskreis, Kamen

Gesprächskreis für Angehörige und Betroffene

jeden 3. Mittwoch | 15.00 – 17.00 Uhr

Hellmig-Krankenhaus | Nordstr. 34 | 59174 Kamen

Kontakt | Infos

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

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Demenz Gesprächskreis, Fässchen, Unna

Gesprächskreis für Angehörige

jeden Dienstag | 10.00 Uhr

jeden Donnerstag | 14.00 Uhr

Seniorenzentrum Unna | Hertinger Str. 12 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

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

E-Mail selbsthilfe@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.)

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Depressionen, Ängste, dienstags, Unna

Gesprächskreis für Betroffene | Austausch und Hilfe zur Selbsthilfe / offen für Menschen mit psychisch komorbiden Erkrankungen

jeden 2. und 4. Dienstag im Monat | 18.30 – 20.00 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Depressionen, Ängste, donnerstags, Unna (in Gründung)

Gesprächskreis für Betroffene | Austausch und Hilfe zur Selbsthilfe
jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat | nachmittags

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Depressionen, Ängste, junge Betroffene (U35) „Psychonauten“, Unna

Hilfe und Unterstützung, gegenseitig Mut machen aber auch gemeinsame Unternehmungen und Aktivitäten.
Gruppe für Betroffene unter 35 Jahren.
Weitere Informationen auf Anfrage.

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
Laura Schwarz | Fon 0 23 03 / 27-27 29 | E-Mail jungeselbsthilfe@kreis-unna.de

Depressionen, junge Betroffene (U35), Kamen

Austausch und gemeinsame Aktivitäten in der Gruppe.
Gruppe für Betroffene unter 35 Jahren.
Die Treffen finden wöchentlich in Kamen statt (weitere Informationen auf Anfrage).

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
Laura Schwarz | Fon 0 23 03 / 27-27 29 | E-Mail jungeselbsthilfe@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.)
E-Mail selbsthilfe@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.)

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Essstörung | Magersucht (Anorexia Nervosa), Unna

Gespräche und Erfahrungsaustausch

jeden 1. und 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.)

E-Mail selbsthilfe@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, Unna

jeden 3. Donnerstag im Monat | 18.00 Uhr | Angebot der Rheuma Liga

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

[Kontakt | Infos](#)

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

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Freizeit | Treffen für Alleinstehende, 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.)

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Freizeit | Spielertreff, Unna

gemeinschaftliches spielen von Gemeinschaftsspielen und Austausch
jeden 3. Sonntag im Monat | 14.00 Uhr
Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Gewalt, Sexueller Missbrauch, Frauen, Kamen

Hilfe und Unterstützung | Stärkung | Erfahrungsaustausch
Treffen auf Anfrage

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
E-Mail selbsthilfe@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
Auf Anfrage

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

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

Spielnachmittag für Kinder aller Altersgruppen
Mitzubringen sind Freude an Gesellschaftsspielen, Lieblingsspiele (Karten- oder Brettspiele), etwas zum Knabbern und Getränke
Auf Anfrage

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Hospiz | Ambulanter Kinder- und Jugendhospizdienst 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

Gabelsberger Str. 5 | 59423 Unna

Fon 0 23 03 / 94 24 90 | E-Mail unna@deutscher-kinderhospizverein.de |

Internet www.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

jeden 3. Dienstag im Monat | 18.00 – 19.30 Uhr

(mit Anmeldung und Einzelberatung nach Absprache)

[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.)

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

[Kneipp-Verein Unna e.V.](#)

[Beratung](#)

jeden Dienstag | 09.00 - 11.00 Uhr und

Donnerstags nach Vereinbarung

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

Zu dieser Zeit auch telefonisch erreichbar unter:

Fon 0 23 03 / 27 23 29

[Kontakt | Infos](#)

Internet | 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](#)

E-Mail koronarsportgruppe-unna@gmx.de

oder

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

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Krebs | Allgemein, Unna

Erfahrungsaustausch, Information und Hilfe, Blick auf vorhandene Ressourcen und alle Möglichkeiten auf dem Weg zum gesunden Leben

jeden 4. Donnerstag im Monat | 16.30 – 18.00 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

[Kontakt | Infos](#)

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

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Krebs | Brustkrebs, Unna

jeden 1. und 3. Freitag im Monat | 15 - 17 Uhr

in den Räumen der Elternschule im Forum des Katholischen Krankenhauses | Mozartstr. 26 | 59423 Unna

[Kontakt | Infos](#)

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

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Krebs | Brustkrebsbetroffene Frauen, Unna

Erfahrungsaustausch und Gespräche in vertrauensvoller Atmosphäre unter Gleichbetroffenen

alle 14 Tage montags | 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.)

E-Mail selbsthilfe@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.)

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Lichen Sclerosus | Unna

Gesprächsaustausch, Hilfe und Unterstützung

jeden 2. Donnerstag im Monat | 17.30 – 19.00 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

[Kontakt | Infos](#)

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

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Lungenerkrankungen | COPD Selbsthilfe Unna

Informationen, Erfahrungsaustausch, gegenseitige Unterstützung und Gespräche über den Umgang mit der Erkrankung

jeden 1. Donnerstag im Monat | 15.00 – 16.30 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

[Kontakt | Infos](#)

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

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Lungenerkrankungen „Sauerstoffliga“, Kamen

Gesprächskreis

jeden 1. Mittwoch im Monat | 16.30 – 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.)

E-Mail selbsthilfe@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.)
E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Morbus Crohn + Colitis Ulcerosa, Unna

jeden letzten Mittwoch im Monat | 19.30 Uhr
Ort und Termine 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.)
E-Mail selbsthilfe@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.)
E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Multiple Sklerose Unna

Gruppentreffen und Erfahrungsaustausch für Betroffene und Angehörige
jeden 1. Montag im Monat | 19.00 Uhr
Ort bei der K.I.S.S. erfragen

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
E-Mail selbsthilfe@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

Narzissmus "Opfer von Narzissten" Unna

Kontakt auf Anfrage

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Parkinson Forum, Unna

[Gruppentreffen](#)

jeden 2. Mittwoch im Monat | 15.00 Uhr

Lindenbrauerei | 59423 Unna

Vortrag mit anschließender Diskussion

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

[Beratungsangebot](#)

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

Internet www.parkinson-unna.de

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Pflege | Gesprächskreis für pflegende Angehörige, Bergkamen

jeden letzten Montag im Monat | 15.00 – 16.30 Uhr

St. Elisabeth Gemeindehaus | Parkstr. 2a | 59192 Bergkamen

Barrierefreier Zugang | gute Verkehrsanbindung

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Pflege | Gesprächskreis für Angehörige von Menschen mit Demenz, Bönen

Erfahrungsaustausch bei der herausfordernden Aufgabe der Pflege und Versorgung von Menschen mit einer Demenz Erkrankung, Austausch auf Augenhöhe, praktische Anregungen und gegenseitige Unterstützung

Treffen auf Anfrage

[Kontakt | Infos](#)

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

E-Mail selbsthilfe@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.)

E-Mail selbsthilfe@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 erfragen.

[Kontakt | Infos](#)

Internet: www.polio.sh

oder

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

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Psychisch Kranke, Angehörigen-Gruppe, Kamen

Gruppengesprächskreis

jeden 1. Dienstag im Monat | 18.00 Uhr

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

Anmeldung erforderlich

[Kontakt | Infos](#)

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

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Psychische Erkrankungen | Einsamkeit | Heilsames Singen | Bergkamen

Gemeinsames Singen, Erfahrungsaustausch und Gespräche für Betroffene

Jeden 2. Montag | 15.30 - 18.00 Uhr

St. Michael Kirchengemeinde | Lindenweg 22 | 59192 Bergkamen

[Kontakt | Infos](#)

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

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Psychische Erkrankungen, Kreativgruppe Kamen

Gruppentreffen, Erfahrungsaustausch und Gespräche für Betroffene
Jeden Montag | 17.00 - 19.00 Uhr
Freizeitzentrum Lüner Höhe | Ludwig-Schröder-Straße 18 | 59174 Kamen

[Kontakt | Infos](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
E-Mail selbsthilfe@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](#)

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
E-Mail selbsthilfe@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.)
E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Rheuma | Deutsche Rheuma-Liga NRW e.V. | Arbeitsgemeinschaft Bergkamen / Bönen

[Sprechstunde Bergkamen](#)

jeden Montag | 14.30 - 16.30 Uhr
Geschäftsstelle: In der Schlenke 32 | 59192 Bergkamen
während dieser Zeit auch unter Tel. 02 01 / 8 27 97-7 91 erreichbar

[Sprechstunde Bönen](#)

jeden 2. Freitag im Monat | 11.00 - 12.00 Uhr
Am Bahnhof 7 | 59199 Bönen
während dieser Zeit auch unter Tel. 02383 / 933-361 erreichbar

[Kontakt | Infos](#)

Internet: www.rheuma-liga.de

oder

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

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

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

Beratung

Sprechstunde jeden Montag | 10.00 – 12.00 Uhr und jeden 2. und 4. Montag | 14.00 - 16.00 Uhr

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

Informationen über die verschiedenen Rheuma-Erkrankungen – Tel. 0201 / 82 79 77 38

Anmeldung zum Funktionstraining (Wasser- und Trockengymnastik) – Tel. 0201 / 82 79 77 38

Rheuma-Beratung nach Terminvereinbarung – Tel. 0201 / 82 79 71 38

Gymnastikgruppe

jeden Dienstag 09.30 – 11.00 Uhr und 15.00 – 18.00 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

[Kontakt | Infos](#)

Internet: www.rheuma-liga.de

oder

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

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Rollstuhlclub Unna

jeden 3. Montag im Monat | 19.00 Uhr

Treffort auf Anfrage

[Kontakt | Infos](#)

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

E-Mail selbsthilfe@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 - 18.00 Uhr

Café Grobe | Am Zollpost | 59174 Kamen

Gymnastikgruppe

Auf Anfrage

Evangelisches Gemeindehaus | Kleistr. 8 | 59427 Unna-Massen

Gedächtnistraining und Spiele

Auf Anfrage

Christliches Klinikum West Unna | Holbeinstr. 10 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

Internet: <http://schlaganfall-shg-unna.de/>

oder

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

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Schmerzen, chronische, Unna

Termine auf Anfrage | freitags alle 4 Wochen | 16.00 – 17.30 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

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

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Schmerzen | Rücken | Unna

stressbedingte Rückenprobleme | Erfahrungsaustausch und Übungen

jeden Montag im Monat | 20.00 – 21.30 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

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

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Schreiben befreit, Unna

Schreib- und Gesprächskreis Betroffener mit psychischen Problemen

und in Konfliktsituationen

in den geraden Wochen alle 14 Tage 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.)

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Sehbehinderung, Netzwerk Auge Kreis Unna, Kamen

Gesprächskreis vorwiegend zu den Themen:

Netzhautdegeneration, Retina polia pigmentosa, Makuladegeneration (AMD)

Kontakt | Infos

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

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Sexuelle Orientierung | Transsexualität | Unna

SHG für transgeschlechtliche Menschen (Transsexuell, Intersexuell, nicht binäre Menschen) sowie Angehörige, Freunde, Partner*innen

jeden 1. Samstag im Monat | 16.00 – 19.00 Uhr

Anmeldung erforderlich

Kontakt | Infos

Internet trans-im-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

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

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Spieler/innen und Angehörige (Glücksspiel), Unna

14 tägig | 19.30 – 21.30 Uhr

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

Kontakt | Infos

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

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Sterbebegleitung | Ambulanter Paritätischer Hospizdienst Unna

Beratung und Begleitung für schwerkranke und sterbende Menschen

Kontakt | Infos

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

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Sucht | 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.)

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Sucht | Alkohol | Blaues Kreuz in der ev. Kirche, Stadtverband Bergkamen

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

Gruppe Friedenskirche

jeden Donnerstag | 19.00 Uhr
Friedenskirche | Schulstr. 156 | 59192 Bergkamen

Gruppe Auferstehungskirche

jeden Donnerstag | 19.00 Uhr
Martin-Luther-Haus | Goekenheide 5 | 59192 Bergkamen

Gruppe Bergkamen-Weddinghofen

(Sucht allgemein)
jeden Donnerstag | 19.00 Uhr
Martin-Luther-Haus | Goekenheide 7 | 59192 Bergkamen

Frauengruppe

jeden 2. Mittwoch im Monat | 19.00 Uhr
Martin-Luther-Haus | Goekenheide 5 | 59192 Bergkamen

Füreinander da - Gesprächskreis für junge Angehörige von Suchtkranken

Online-Gruppe
Termine auf Anfrage

Kontakt | Infos

Internet: <https://www.mog-bke.de/> oder
Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
Laura Schwarz | Fon 0 23 03 / 27-27 29 | E-Mail jungeselbsthilfe@kreis-unna.de

Sucht | 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.)
E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Sucht | Alkohol | Suchthilfe 95, Unna

jeden Mittwoch | 20.00 Uhr
Pfarrheim St. Marien | Kletterstraße 41 | 59427 Unna-Massen

Kontakt | Infos

Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.)
E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Sucht | Allgemein stoffgebunden | junge Betroffene (U35), Unna

Gespräche, Gemeinsame Unternehmungen und gegenseitige Unterstützung. Für junge Betroffene unter 35 Jahren.

jeden 1. + 3. Donnerstag | Uhrzeit auf Anfrage

Gesundheitshaus Unna | Massener Straße 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

JESNRW e.V. Unna

Herr Peterburs | Fon 0157 37796193 | E-Mail bjoern.peterburs@jesnrw.de

oder

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

Laura Schwarz | Fon 0 23 03 / 27-27 29 | E-Mail jungeselbsthilfe@kreis-unna.de

Sucht | Angehörige „Neue Wege“, Unna

Austausch, Hilfe und Unterstützung

Jeden 2. und 4. Mittwoch | 17.00 – 19.00 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Str. 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

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

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Sucht | Essstörungen, Online-Gruppe

Austausch, Hilfe und Unterstützung

Kontakt | Infos

Internet: <https://www.mog-bke.de/> oder

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

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Sucht | Mehrfachabhängigkeit | Kamen

Motivationsgruppe für ein abstinentes Leben

jeden Mittwoch | 17.30 Uhr

Räume in der Lutherkirche | Kampstr. 4a (Eingang im Hof) | 59174 Kamen

Kontakt | Infos

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

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Sucht | stoffgebundene Drogen | Betroffene und Angehörige, Unna

Verbesserung der Lebensqualität, Aktivitäten und Projekte planen, gestalten und durchführen. Austausch, Hilfe und Unterstützung.

jeden 1. und 3. Mittwoch | 18.30 – 20.30 Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Str. 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

JESNRW e.V. Unna

Herr Peterburs | Fon 0157 37796193 | E-Mail bjoern.peterburs@jesnrw.de

oder

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

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Sucht | Mehrfachabhängigkeit | Return, 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

Internet www.return-s.de

oder

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

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Tauschring, Unna

jeden letzten Mittwoch im Monat | 18.00 Uhr

Stadtteilzentrum Süd | Erlenweg 10 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

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

E-Mail selbsthilfe@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.)

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Trauer | Verstorbene Kinder, Kamen

Gesprächskreis für Eltern, Angehörige und Freunde

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

Treffen auf Anfrage

Kontakt | Infos

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

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Trauer | Gesprächsgruppe für Trauernde, Kamen

jeden 3. Dienstag im Monat | 18.00 – 19.30 Uhr

Kontakt | Infos

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

Fon 0 23 07 / 23 46 12

Bürozeiten freitags 10.00 – 12.00 Uhr und nach Vereinbarung

Trauer | Eltern | Unna

Elterncafé für Eltern von frühverstorbenen Sternenkindern

jeden 1. Mittwoch im Monat | 17.00 – 18.30Uhr

Gesundheitshaus Unna | Massener Str. 35 | 59423 Unna

Kontakt | Infos

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

E-Mail selbsthilfe@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.)

E-Mail selbsthilfe@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.)

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de

Wohnen | Beginenhof Unna Königsborn

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.)

E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de