

SELBSTHILFEGRUPPEN IM LANDKREIS LANDSBERG

ORGANISCHE ERKRANKUNGEN

Adipositas – Landsberg

Zielgruppe:

Jeder, der an Adipositas erkrankt ist, egal ob er konventionelle oder operative Methoden zur Abnahme möchte.

Beschreibung:

Wir treffen uns einmal im Monat und bereden verschiedene, mit Adipositas zusammenhängende Themen. Es sind auch Fachreferate und Ausflüge geplant.

Angehörigengruppe Demenzerkrankter – Kaufering

Zielgruppe:

Pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz

Beschreibung:

Gesprächsgruppe mit dem Ziel sich auszutauschen, sich gegenseitig zu unterstützen, einander zu begleiten und zu ermutigen.

Deutsche Sauerstoffliga – LOT e.V. – SHG Landsberg

Zielgruppe:

Patienten mit sämtlichen Lungenerkrankungen, die zur Sauerstoff-Langzeit-Therapie führen, insbes. COPD, Emphysem, Fibrosen etc.

Beschreibung:

Die Gruppe ist der Deutschen Sauerstoffliga LOT e.V. angegliedert.

Elternkreis Autismus

Zielgruppe:

Eltern autistischer Kinder

Beschreibung:

Regelmäßige Treffen, Austausch, gegenseitige Hilfen

Elternkreis behinderter Kinder im Raum Landsberg

Zielgruppe:

Eltern und Erziehungsberechtigte von behinderten und von Behinderung bedrohten Kindern

Beschreibung:

Wir treffen uns einmal im Monat zum Austausch und zur gegenseitigen Unterstützung. Dabei wollen wir reden, weinen, aber auch gemeinsam lachen. Wir tauschen uns aus über Hilfsmittel, Anträge und Unterstützungsmöglichkeiten. Wir geben unsere Erfahrungen mit Ausflügen und Ferientaufenthalten, Gaststätten und Cafés, aber ebenso mit Ärzten, Ämtern, Schulen und Kindergärten weiter. Wir tauschen alltagstaugliche Tipps aus, besprechen Alltagsproblem

Fibromyalgie-Selbsthilfegruppe

Zielgruppe:

Fibromyalgie-Betroffene

Beschreibung:

Die Gruppe will Mut machen und neue Kraft geben, um mit den Belastungen dieser Krankheit umzugehen. Geplant sind neben Gesprächsrunden auch gemeinsame Unternehmungen oder sportliche Aktivitäten.

Gehörlosenverein Landsberg am Lech e.V.

Zielgruppe:

Menschen mit Taubheit, Schwerhörigkeit, verminderter Sprachkompetenz und Kommunikationsschwierigkeiten

Beschreibung:

Gruppe zum Austausch und zur gegenseitigen Unterstützung.

Hand-in-Hand – SHG

Zielgruppe:

Für Menschen mit Arm- und Handfehlbildungen

Beschreibung:

Erfahrungsaustausch, unterstützen & Mut machen, Weitergabe von konkreten Fragen über E-Mail- Verteiler, Betreuung & Beratung von Orthopädietechniken...

ORGANISCHE ERKRANKUNGEN

Jung und Parkinson – SHG Landsberg

Zielgruppe:

Menschen mit der Diagnose Parkinson sowie Angehörige

Beschreibung:

Wir sind zwei an Parkinson erkrankte Frauen, die sich bereits mit Anfang 40 der Diagnose stellen mussten. Zu diesem Zeitpunkt steht der Mensch im Regelfall mitten im Leben in Bezug auf Familie, Freunde, Beruf und Hobbys... Somit entstehen zum Teil andere Auswirkungen durch die Erkrankung als bei jemandem, der im Alter von 60-70 Jahren erkrankt. Da wir im Bereich Selbsthilfe bereits sehr positive Erfahrungen gesammelt haben, möchten wir euch ermutigen in unsere Gruppe zu kommen! Wir sind davon überzeugt: Gemeinschaft trägt, Gemeinschaft stärkt! Deshalb wünschen wir uns für unsere Selbsthilfegruppe Mitglieder, die offen sind für positive Veränderung in ihrem Leben trotz Erkrankung.

Landesverband Niere Bayern e.V. – RG Landsberg am Lech

Zielgruppe:

Dialysepatienten, Nierentransplantierte und Prädialysepatienten

Beschreibung:

Gruppe zum Austausch und zur gegenseitigen Unterstützung

MS-Aktiv – die junge Gruppe Landsberg

Zielgruppe:

Junge Multiple-Sklerose-Erkrankte

Beschreibung:

Wir treffen uns, um Erfahrungen und Informationen auszutauschen, zu lachen und füreinander da zu sein.

MS – Kontakt- und Selbsthilfegruppe Landsberg

Zielgruppe:

Multiple-Sklerose-Patienten, chronisch neurologische Erkrankung

Beschreibung:

In den Treffen wird miteinander geredet, sich gegenseitig zugehört und unterstützt. Gemeinsames Feiern und regelmäßige Gymnastikeinheiten sind zudem feste Bestandteile des Gruppenprogramms.

Osteoporose-Selbsthilfe e.V. Kaufering

Zielgruppe:

Menschen mit Osteoporose, deren Angehörige und Interessenten

Beschreibung:

Die Gruppe trifft sich zum Informations- und Erfahrungsaustausch, zur Förderung der sozialen Kontakte und lädt Ärzte, Ernährungsberater etc. zu Vorträgen ein. Zudem werden Ausflüge unternommen und es gibt Osteoporose-Sportgruppen, an denen man teilnehmen kann.

Prostatakrebs – SHG Landsberg

Zielgruppe:

Männer ab 40 Jahren

Beschreibung:

Gruppendiskussionen, Veranstaltungen, Vorträge, Ausflüge, telefonische Beratung

ProThesenBewegung – Selbsthilfegruppe für Amputierte – Regionalgruppe Landsberg

Zielgruppe:

Menschen mit Arm- und Beinamputationen sowie deren Angehörige

Beschreibung:

Gruppe hat sich im Herbst 2010 gegründet. Die SHG möchte Menschen mit Arm- und Beinamputationen helfen den Alltag zu meistern, die Lebensqualität durch Gespräche und Bewegung, Geh- und Gleichgewichtstraining, sportliche Angebote, gemeinsame Aktivitäten, geselliges Beisammensein, Gespräche mit Referenten und Betroffenen sowie Infotage jeglicher Art wieder zu gewinnen.

Schlaganfall – Kontakt- und Selbsthilfegruppe Landsberg

Zielgruppe:

Von Schlaganfall Betroffene

Beschreibung:

Die Gruppe ist dem Bayerischen Verband Schlaganfall Betroffener angegliedert.

ORGANISCHE ERKRANKUNGEN

Selbsthilfegruppe nach Krebs – Landsberg

Zielgruppe:

Krebserkrankte

Beschreibung:

Wir treffen uns zu den bekannten Terminen, tauschen uns aus, besprechen unsere Sorgen „Vergessen für ein paar Stunden unseren Kummer.“ Es gibt keine Ratschläge zur medikamentösen Behandlung, wir tauschen uns aus, was der „Einzelne“ mit einer Behandlung erlebt hat und legen Wert auf Geselligkeit.

Wege der Hoffnung trotz Borreliose

Zielgruppe:

Borreliose-Kranke und ihre Angehörigen

Beschreibung:

Monatliche Treffen zum Austausch von Erfahrungen und Wissen, Vorträge zum Thema, Vorträge und Veranstaltungen zum Thema Borreliose besuchen, Entspannungs- und Hoffnungsmeditationen

PSYCHISCHE GESUNDHEIT

Amor Fati – Initiative für seelische Gesundheit

Zielgruppe:

Alle Personen, die sich aktuell oder in der Vergangenheit mit den Themen Depression, Angststörung etc. konfrontiert gesehen haben. Auch Personen, die ehrenamtlich aktiv werden wollen, sind willkommen

Beschreibung:

Austausch im Gespräch in persönlichen Treffen, Ausflüge, Feste, sportliche Aktivitäten...

Erwachsene Kinder von suchtkranken Eltern und dysfunktionalen Familien – EKS

Zielgruppe:

Erwachsene Menschen, die in einer durch Sucht, seelischer Krankheit oder eine andere Störung geprägten, dysfunktionalen Familie oder Umgebung aufgewachsen sind und von den beeinträchtigenden Folgen genesen wollen.

Beschreibung:

Selbsthilfegemeinschaft

Selbsthilfegruppe für Angehörige psychisch erkrankter Menschen – Landsberg

Zielgruppe:

Angehörige von psychisch erkrankten Menschen

Beschreibung:

Austausch über die persönliche Situation, über die Situation der Erkrankten, über Therapien, Medikamente, Kliniken, Hilfesystem. Weitergabe von Informationen, z.B. Schulungen, Seminare etc..

Selbsthilfegruppe Krise rund um die Geburt

Zielgruppe:

Frauen mit psychischen Krisen vor oder nach der Geburt; Frauen mit prä- oder postpartalen psychischen Erkrankungen wie Angststörungen, Depressionen; Psychosen, Anpassungsstörungen, Trauma

Beschreibung:

Statt dem erhofften Mutterglück, erleben Schwangere oder frisch gebackene Mütter manchmal eine seelische Krise. Symptome einer solchen psychischen Krise rund um die Geburt können sein: Traurigkeit und häufiges Weinen, innere Leere, allgemeines Desinteresse, Rückzug aus dem Familien- und Freundeskreis, große Erschöpfung und Energiemangel, Konzentrationsprobleme, anhaltende Schuldgefühle, innere Unruhe und Schlaflosigkeit, Ängste, Panikattacken, zwanghafte Gedanken, fehlende oder zwiespältige Gefühle dem Kind gegenüber, Appetitmangel, Übelkeit, Kopfschmerzen, Schwindel, Druckgefühl in der Brust etc.

Selina-Selbsthilfe im Landkreis Landsberg

Zielgruppe:

Menschen mit seelischen Problemen

Beschreibung:

Austausch im Gespräch.

SEPRO Landsberg – Selbsthilfegruppe für Menschen mit seelischen Problemen, Ängsten, Depressionen

Zielgruppe:

Menschen mit seelischen Problemen, z.B. mit Ängsten oder Depressionen

Beschreibung:

Gesprächsgruppe nach Selbsthilfeprinzipien

SUCHT-SELBSTHILFE

Anonyme Alkoholiker

Infos unter www.anonyme-alkoholiker.de

Kreuzbund e.V. - Landsberg "Die Brücke"

Zielgruppe:

Von Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit Betroffene

Beschreibung:

Ziel der Gruppe ist es, eine zufriedene Abstinenz zu erreichen und zu erhalten.

TRAUER-SELBSTHILFE

Theotinum Kinderhospiz Dießen im Landkreis Landsberg mit (angeleiteten) Selbsthilfegruppen

Selbsthilfegruppen

- Trauer-Selbsthilfegruppe für Sternen-Eltern
- Trauer-Selbsthilfegruppe für verwaiste Eltern

Angeleitete Gruppen:

- Trauergruppe für Eltern in Schwangerschaftskrisen
- Trauergruppe für Kinder von 4-12 Jahren mit zeitgleicher Eltern-Selbsthilfegruppe bei Verlusten durch Tod oder Trennung
- Trauergruppe für Jugendliche und junge Erwachsene nach Verlust eines geliebten Menschen, z.B. durch Tod oder Trennung

Quelle: Datenbank des Selbsthilfezentrums München, Stand Oktober 2023

Für weitere Informationen und für die Kontaktaufnahme zu den einzelnen Gruppen kontaktieren Sie bitte:

Kontakt- und Beratungsstelle des Selbsthilfezentrum München

Westendstraße 115
80339 München

Homepage: www.shz-muenchen.de

Email: info@shz-muenchen.de

Tel.: 089/53 29 56 11

Telefonische und persönliche Sprechzeiten: Montag und Donnerstag von 14 Uhr bis 18 Uhr
Dienstag und Freitag von 10 Uhr bis 13 Uhr

Für alle Fragen rund um die Selbsthilfe kontaktieren Sie bitte:

Treffpunkt Selbsthilfe

Ansprechpartnerin: Ute Köller

Email: ute.koeller@shz-muenchen.de

Tel.: 089/53 29 56 25

