



## **Selbsthilfe**

Wegweiser zu gesundheitlichen  
und sozialen Gruppen



## **Selbsthilfe**

Wegweiser zu gesundheitlichen  
und sozialen Gruppen



# Inhalt

<b>Vielseitige Selbsthilfelandschaft in und um Dresden</b>	<b>5</b>
<b>Was können Selbsthilfegruppen leisten?</b>	<b>7</b>
<b>Wo findet Selbsthilfe Unterstützung?</b>	<b>8</b>
<b>Selbsthilfegruppen in Dresden</b>	<b>11</b>
Gesundheit, chronische Erkrankungen	13
Körperliche und geistige Behinderungen	36
Sonstige Behinderungen	42
Psychische Erkrankungen	43
Psychische Probleme	50
Sucht	53
Eltern, Kind	59
Besondere soziale Lebenssituationen	60
Sexualität	61
Alter, Senioren	62
Soziale Initiativen	63
<b>Anhang</b>	<b>64</b>
Stichwortverzeichnis	64
Weitere Selbsthilfegruppen in Dresden	67




# Vielseitige Selbsthilfelandchaft in und um Dresden

Mit Diabetes, Asthma oder Behinderung leben, Depressionen, Ängste oder Abhängigkeiten überwinden, den Alltag nach einem Unfall oder einer Operation meistern, als Alleinerziehender zurechtkommen, mit Trauer fertig werden oder nach dem Arbeitsleben auch im Ruhestand Erfüllung finden – in Selbsthilfegruppen schließen sich Menschen mit gesundheitlichen, seelischen oder sozialen Problemen zusammen. Gemeinsam mit anderen wollen sie ihre Lebenssituation besser bewältigen. In der Gemeinschaft finden sie Kontakt und Austausch, Verständnis und Information, auch Ausgleich und Energie. Vor allem aber bieten die Gruppen Wege aus der Isolation.

Die Selbsthilfe überzeugt mit mehreren Vorteilen: Freiwilligkeit, Gleichberechtigung und Selbstbestimmung gehören zu den obersten Prinzipien. Das gemeinsame Interesse verbindet und verbündet, die aktive und kontinuierliche Mitwirkung stimuliert. Dabei kann jeder seinen eigenen Fortschritt bestimmen, in Ruhe die Problemlage sondieren, ohne äußeren Druck nach Auswegen suchen. Die Gemeinschaft gibt Halt. Ärztliche Betreuung und professionelle Beratung sind durch Selbsthilfe keineswegs überflüssig, aber sie können mit ihr sinnvoll ergänzt und unterstützt werden. Die Gruppen bieten die Möglichkeit, eigenständig aktiv zu werden. Damit sind sie eine wirksame Stütze für das Gesundheits- und Sozialsystem.

Obwohl Selbsthilfe natürlich zuerst auf den Einzelnen gerichtet ist, hat sich das bürger-schaftliche Engagement zu einer Bewegung von sozialpolitischer Bedeutung entwickelt. Deutschlandweit arbeiten über 70 000 Gruppen mit rund drei Millionen Mitgliedern. Auch in und um Dresden besteht eine vielseitige Selbsthilfelandchaft mit konkreten Angeboten für Betroffene und deren Angehörige. In über zweihundert Gruppen sind einige Tausend Menschen tätig.

Die meisten Selbsthilfegruppen sind offen für Interessierte. Dieser Wegweiser führt zu ihnen. Weitere Informationen und detaillierte Beratung bietet vor Ort die Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen des Dresdner Sozialamtes an. Mit Einfühlungsvermögen und Fachkenntnis vermitteln die Mitarbeiterinnen zu geeigneten Gruppen, unterstützen umfassend deren Arbeit und sind auch behilflich bei der Gründung neuer Gruppen.



Dirk Hilbert  
Erster Bürgermeister  
der Landeshauptstadt Dresden





# Was können Selbsthilfegruppen leisten?

Immer mehr Menschen nutzen die Chance, in einer Selbsthilfegruppe seelische, gesundheitliche und soziale Probleme auf einer unmittelbar persönlichen Ebene anzugehen. Dies geschieht zusammen mit anderen, die sich in einer ähnlichen Lage befinden. Ärztliche Betreuung und professionelle Hilfe werden damit nicht überflüssig, aber sie können durch Selbsthilfe sinnvoll ergänzt und unterstützt werden. Die Gruppe bietet die Möglichkeit, die eigenen Probleme und deren Lösung selbst in die Hand zu nehmen und im Rahmen der eigenen Möglichkeiten aktiv zu werden.

Die Deutsche Arbeitsgemeinschaft Selbsthilfegruppen (DAG SHG) e. V. Gießen gibt folgende Definition:

„Selbsthilfegruppen sind freiwillige, meist lose Zusammenschlüsse von Menschen, deren Aktivitäten sich auf die gemeinsame Bewältigung von Krankheiten, psychischen oder sozialen Problemen richten, von denen sie – entweder selber oder als Angehörige – betroffen sind. Sie wollen mit ihrer Arbeit keinen Gewinn erwirtschaften. Ihr Ziel ist eine Veränderung ihrer persönlichen Lebensumstände und häufig auch ein Hineinwirken in ihr soziales und politisches Umfeld. In der regelmäßigen, oft wöchentlichen Gruppenarbeit betonen sie Authentizität, Gleichberechtigung, gemeinsames Gespräch und gegenseitige Hilfe. Die Gruppe ist dabei ein Mittel, die äußere (so-

ziale, gesellschaftliche) und die innere (persönliche, seelische) Isolation aufzuheben.

Die Ziele von Selbsthilfegruppen richten sich vor allem auf ihre Mitglieder und nicht auf Außenstehende; darin unterscheiden sie sich von anderen Formen des Bürgerengagements. Selbsthilfegruppen werden nicht von professionellen Helfern geleitet; manche ziehen jedoch gelegentlich Experten zu bestimmten Fragestellungen hinzu.“

Selbsthilfegruppen sind Gesprächskreise mit einer überschaubaren Anzahl von etwa 6 bis 15 Personen. Die Mitglieder der Selbsthilfegruppen treffen sich regelmäßig (z. B. wöchentlich, 14-tägig oder monatlich) und

- helfen sich gegenseitig bei der Bewältigung schwieriger Lebenssituationen
- tauschen Erfahrungen, Informationen und Wissen aus
- ermöglichen selbstbewusstes und eigenverantwortliches Handeln
- informieren sich über das gesundheitliche bzw. soziale Versorgungssystem
- geben einander menschliche und emotionale Unterstützung
- helfen, soziale Isolierung und Einsamkeit zu verringern
- zeigen Alternativen auf und ermutigen zum selbstbestimmten Engagement.

# Wo findet Selbsthilfe Unterstützung?

Der sicherste Weg, Kontakt zu bestehenden Selbsthilfegruppen zu bekommen, besteht darin, das Unterstützungsangebot einer Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen zu nutzen. Selbsthilfekontaktstellen bieten interessierten Bürgerinnen und Bürgern und bestehenden Selbsthilfegruppen kostenlos Unterstützung und Beratung unabhängig von der konkreten Problemstellung oder Erkrankung an. Sie sind auch kompetente Kooperationspartner für professionelle Helfer und Institutionen des sozialen und gesundheitlichen Versorgungssystems. Ansprechpartner für Selbsthilfe in Dresden ist die

## ■ Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen (KISS)

Sozialamt  
Abteilung Allgemeine Verwaltung/Grundsatz  
Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden  
Telefon: (03 51) 2 06 19 85  
Telefax: (03 51) 5 00 76 36  
E-Mail: [KISS-dresden@t-online.de](mailto:KISS-dresden@t-online.de)  
Internet: [www.dresden.de/selbsthilfe](http://www.dresden.de/selbsthilfe)

### Sprechzeiten:

Montag 9–12 Uhr  
Dienstag 9–18 Uhr  
Donnerstag 9–18 Uhr  
Freitag 9–12 Uhr

KISS Dresden ist da für jeden, der

- Kontakte zu einer Selbsthilfegruppe in Dresden oder auch überregional sucht
- eine Selbsthilfegruppe gründen möchte und Unterstützung beim Start braucht
- Hilfe benötigt in besonderen Situationen und komplizierten Lebenslagen
- sich für Selbsthilfe interessiert, etwa
- Personen, die Kontakte suchen zu Menschen mit gleichen Problemen,
- bestehende Selbsthilfegruppen und Initiativen,
- Professionelle aus Gesundheits- und Sozialberufen.

Die Mitarbeiterinnen von KISS

- beraten und informieren Bürger über Selbsthilfemöglichkeiten sowie über geeignete Hilfsangebote im Sozial- und Gesundheitswesen
- vermitteln Kontakte zu bestehenden Selbsthilfegruppen, Initiativen und Vereinen
- unterstützen selbsthilfeinteressierte Bürger bei der Gründung von Selbsthilfegruppen
- begleiten Selbsthilfegruppen in der Gründungsphase sowie bei schwierigen Gruppensituationen
- beraten und unterstützen Selbsthilfegruppen in allen Fragen, etwa bei der Beantragung von Fördermitteln, bei der Öffentlichkeitsarbeit, bei

der Raumsuche, bei technisch-organisatorischen Abläufen

- organisieren Weiterbildungen und Erfahrungsaustausche für Selbsthilfegruppen
- bieten kostenlose Serviceleistungen für Selbsthilfegruppen an, wie Ausleihe technischer Hilfsmittel, Selbsthilfebibliothek, Kopierservice, Nutzung von Gruppenräumen und Büro
- fördern die Zusammenarbeit zwischen Selbsthilfegruppen sowie deren Kooperation mit Fachleuten
- bieten dem Personal in sozialen und Gesundheitseinrichtungen Informationen darüber an, wie es auf seinen Arbeitsfeldern Selbsthilfe anregen und unterstützen kann.

Alle Leistungen und Beratungsdienste der Kontaktstelle sind kostenlos. Informationen und Daten werden vertraulich behandelt.



# Selbsthilfegruppen in Dresden

<b>Gesundheit, chronische Erkrankungen</b>	<b>13</b>	Parkinson	28
Adipositas	13	Pflegende Angehörige	29
Aids	13	Poliomyelitis	29
Allergie und Asthma	13	Polyzystisches Ovarialsyndrom	30
Alzheimer	14	Restless-Legs-Syndrom	30
Arthrose	14	Rheuma	30
Bluthochdruck	14	Sarkoidose	31
Borreliose	14	Schlafapnoe	31
Chorea Huntington	15	Schlaganfall	32
Chronische Schmerzen	15	Sjögren-Syndrom	32
Chronisches Erschöpfungssyndrom	16	Sklerodermie	32
Diabetes	16	Tumorerkrankungen	33
Epilepsie	18	Wirbelsäulenerkrankung	36
Fibromyalgie	18		
Guillain-Barré-Syndrom	19	<b>Körperliche und geistige Behinderungen</b>	<b>36</b>
Hämophilie	19	Autismus	36
Hauterkrankungen	19	Down-Syndrom	38
Herz-Kreislauf-Erkrankungen	20	Fragiles-X-Syndrom	38
Lupus Erythematodes	21	Hörschädigung	39
Lymphödeme	22	Netzhautdegeneration	42
Morbus Bechterew	22		
Morbus Crohn, Colitis ulcerosa	23	<b>Sonstige Behinderungen</b>	<b>42</b>
Morbus Recklinghausen	23	Aphasie	42
Multiple Sklerose	23	Lippen-, Kiefer-, Gaumen-, Nasen-Fehlbildung	42
Muskelerkrankungen	24	Lowe-Syndrom	42
Natürliche Lebensweise	25		
Nierenerkrankung	26	<b>Psychische Erkrankungen</b>	<b>43</b>
Organtransplantierte	26	Angehörige psychisch Kranker	43
Osteogenesis imperfecta	27	Angst	44
Osteoporose	27	Bipolare Störung	44

Borderline-Syndrom	44
Burnout	45
Depressionen	45
Hochsensibilität	47
Messie-Syndrom	47
Psychisch Kranke	48
Sozialphobie	49
Zwangserkrankung	49

<b>Psychische Probleme</b>	<b>50</b>
----------------------------	-----------

Co-Abhängigkeit	50
Fehlgeburt	50
Frauen mit Gewalterfahrung	51
Mobbing	52
Trauer	52

<b>Sucht</b>	<b>53</b>
--------------	-----------

Alkohol und Medikamente	53
Ess-Störungen	58

<b>Eltern, Kind</b>	<b>59</b>
---------------------	-----------

<b>Besondere soziale Lebenssituationen</b>	<b>60</b>
--	-----------

<b>Sexualität</b>	<b>61</b>
-------------------	-----------

<b>Alter, Senioren</b>	<b>62</b>
------------------------	-----------

<b>Soziale Initiativen</b>	<b>63</b>
----------------------------	-----------

## ■ **Gesundheit, chronische Erkrankungen**

### **Adipositas**

Die Mollybetiker Dresden e. V.

- **Wir über uns:**  
Wir haben uns als Gruppe von Adipositas-Betroffenen zusammengefunden, um uns auszutauschen, gegenseitig zu unterstützen und zu motivieren. Wir fühlen uns wohl in der Gruppe und verstanden, denn jeder weiß, wovon gesprochen wird. Es finden auch Fachvorträge von Ärzten, Therapeuten, Ernährungsberatern und anderen Experten statt.
- **Kontakt:**  
über KISS  
Telefon: (03 51) 2 06 19 85  
Internet: [www.molibetiker.de](http://www.molibetiker.de)
- **Treff:**  
jeden 2. Sonnabend des Monats, 15 Uhr  
Krankenhaus Dresden-Neustadt, Speiseraum, Industriestraße 40, 01129 Dresden
- **Sonstiges:**  
regelmäßige Bowlingabende

### **Aids**

HIV-positive Frauen und Männer

- **Wir über uns:**  
Bei unseren monatlichen Treffen planen wir gemeinsame Unternehmungen (Ausflüge, Kino, Theater) und Veranstaltungen (z. B. Vorträge). Die Gruppenmitglieder tauschen Erfahrungen im Umgang mit der HIV-Infektion und Aids-Erkrankung aus. Auf Wunsch steht ein Sozialpädagoge hilfreich zur Seite. Die Aids-Hilfe Dresden e. V. stellt Räume, Bürotechnik und organisatorische Hilfe zur Verfügung.
- **Kontakt:**  
Geschäftsstelle der Aids-Hilfe Dresden e. V.  
Bischofsweg 46, 01099 Dresden

Telefon: (03 51) 4 41 61 42  
Telefax: (03 51) 8 04 44 90  
E-Mail: [info@aidshilfe-dresden.de](mailto:info@aidshilfe-dresden.de)  
Internet: [www.aidshilfe-dresden.de](http://www.aidshilfe-dresden.de)

- **Treff:**  
monatlich, bitte in der Geschäftsstelle erfragen
- **Sonstiges:**  
persönliche Beratung durch eine Fachkraft ist möglich (z. B. zu medizinischen, sozialrechtlichen Problemen)

### **Allergie und Asthma**

Deutscher Allergie- und Asthmabund e. V. (DAAB)  
Ortsverband Dresden

- **Wir über uns:**  
Wir tauschen Erfahrungen aus über Probleme bei Allergien, Asthma und chronisch obstruktiver Bronchitis. Zweimal im Jahr finden Vorträge zu Themen, wie Arzneimittel oder Ernährung, statt. Wir nehmen teil am Lungentag in Coswig, am Deutschen Allergie- und Asthmatag und arbeiten eng zusammen mit dem Landesverband Sachsen in Leipzig.
- **Kontakt:**  
Christa Hartmann  
Achtbeeteweg 6, 01189 Dresden  
Telefon: (03 51) 4 01 06 55
- **Treff:**  
jeden 2. Dienstag des Monats, 15.30–17.30 Uhr  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden
- **Sonstiges:**  
Mitglied im DAAB e. V., Landesverband Sachsen, Kohlenstraße 2, 04107 Leipzig  
Telefon: (03 41) 2 13 21 37 oder 2 13 21 38

## Alzheimer

Alzheimer Selbsthilfegruppe  
in der Alzheimergesellschaft Dresden e. V.

- Wir über uns:  
Für Angehörige von Alzheimer- und demenzkranken Menschen bietet die Gruppe
- Kontakt mit anderen pflegenden Angehörigen
- praktische Ratschläge und Anregungen für die Alltagsbewältigung
- Unterstützung in emotional belastenden Situationen
- aktuelle Informationen über sozialrechtliche Hilfen durch Fachleute
- Kontakt:  
Caritas-Seniorenberatung  
Am See 11, 2. Etage, 01067 Dresden  
Telefon: (03 51) 4 96 21 78  
Telefax: (03 51) 4 81 03 48  
E-Mail: [seniorenberatung@caritas-dresden.de](mailto:seniorenberatung@caritas-dresden.de)
- Treff:  
bitte erfragen
- Sonstiges:  
Broschüren stehen zur Auswahl bereit

## Arthrose

Arthrose Selbsthilfegruppe Dresden

- Wir über uns:  
In unseren Zusammenkünften sprechen wir darüber, welche Erfahrungen die einzelnen Gruppenmitglieder bei der Behandlung und Vorbeugung der Erkrankung gesammelt haben. Dazu gibt es Kurzvorträge, z. B. wie man sich ernähren kann und welche Vitamine wichtig sind, um Schmerzen vorzubeugen. Wir stellen neue wissenschaftliche Erkenntnisse der Arthrosereforschung vor und laden Therapeuten ein, die uns Möglichkeiten zum Umgang mit der Erkrankung vorstellen.

- Kontakt:  
über KISS  
Telefon: (03 51) 2 06 19 85
- Treff:  
jeden 2. Dienstag des Monats, 14–16 Uhr  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden

## Bluthochdruck

Bluthochdruck Selbsthilfegruppe Dresden

- Wir über uns:  
Schwerpunkte in unseren Zusammenkünften sind:
- Informationen zur Erkrankung durch Arztvorträge und Auswertung aktueller Literatur
- Erlernen der korrekten Blutdruckmessung
- gemeinsames Üben nichtmedikamentöser Behandlungsmöglichkeiten, wie z. B. Entspannungsübungen, Stressbewältigung, gesundes Kochen
- Kennenlernen medizinischer Einrichtungen
- Freizeitangebote
- Kontakt:  
Gerda Fels, Telefon: (03 52 07) 8 23 44
- Treff:  
jeden letzten Montag des Monats, 16–18 Uhr  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden
- Sonstiges:  
Deutsche Hochdruckliga Heidelberg, Berliner Straße 46, 69120 Heidelberg  
Telefon: (0 62 21) 47 48 00

## Borreliose

Borreliose und FSME Selbsthilfegruppe Dresden  
im Borreliose und FSME Bund Deutschland e. V.

- Wir über uns:  
Die Borreliose Selbsthilfegruppe Dresden wurde 1997 gegründet mit dem Ziel, betroffenen Menschen und deren Angehörigen Hilfe



und Unterstützung zu gewähren, besonders bei der Suche nach einem borreliosebehandelnden Arzt. In der Gruppe wird ein reger Erfahrungsaustausch gepflegt. Besonders wichtig sind uns Aufklärung und Prävention zur Erkrankung mit den vielen Gesichtern, die oft auch als Chamäleon der Medizin bezeichnet wird. Gesprächsthema sind auch andere durch Zecken übertragene Erreger, die bei Borrelioseverdacht fast nie getestet werden.

- Kontakt:  
über KISS  
Telefon: (03 51) 2 06 19 85  
E-Mail: [helithi@aol.com](mailto:helithi@aol.com)
- Treff:  
jeden 2. Mittwoch des Monats, 19 Uhr (außer Juli, August),  
Begegnungsstätte DRK Kreisverband Dresden e. V., Striesener Straße 39,  
01307 Dresden, Zugang über Rollstuhlauffahrt
- Sonstiges:  
Internet: [www.borreliose-bund.de](http://www.borreliose-bund.de)

## Chorea Huntington

Deutsche Huntington-Hilfe e. V.  
Länderverband Mitteldeutschland,  
Regionalgruppe Sachsen

- Wir über uns:  
Die Huntington-Krankheit oder Chorea Huntington ist ein erblich bedingtes Nervenleiden, verursacht durch eine veränderte Erbanlage (Gen). Merkmale sind körperliche Veränderungen (wie ruckartige Bewegungen) und psychische Störungen (leichte Reizbarkeit, sozialer Rückzug u. a.). Die Huntington-Krankheit kann bis heute nicht geheilt werden. Therapien können zur Linderung von Beschwerden und zur Erhaltung von Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit beitragen. Die Deutsche Huntington-Hilfe e. V. ist eine

Selbsthilfeorganisation auf Bundesebene, in der sich Menschen zusammengeschlossen haben, die persönlich oder beruflich mit der Huntington-Krankheit konfrontiert sind. Laut Satzung ist ihr Zweck Hilfe zur Selbsthilfe bei genetisch bedingten Erkrankungen, insbesondere Hilfe für unmittelbar oder mittelbar Betroffene der Huntington-Krankheit. Interessierte Familien sollen in die Lage versetzt werden:

- an den Fortschritten der Behandlung, Vorbeugung und der wissenschaftlichen Forschung aktiv teilzunehmen
- sich über wirtschaftliche und rechtliche Möglichkeiten so zu informieren, dass sie weitgehend unabhängig bleiben.
- Kontakt:  
Kristin Hocke  
Meisastraße 11 a, 01662 Meißen  
Telefon: (0 35 21) 45 46 34  
(01 76) 62 10 57 35  
Internet: [www.dhh-ev.de](http://www.dhh-ev.de)
- Treff:  
jeden 2. Sonnabend in jedem geraden Monat, 13 Uhr, Konferenzraum des Krankenhauses St. Joseph-Stift, Wintergartenstraße 15/17, 01307 Dresden

## Chronische Schmerzen

Chronische Schmerzen

- Wir über uns:  
In unserer Selbsthilfegruppe fragen wir nach Ursachen, tauschen uns aus über Hilfsmöglichkeiten und machen uns gegenseitig Mut zur Bewältigung unserer täglichen Aufgaben. Wir organisieren Vorträge mit Fachleuten zu aktuellen Therapiemöglichkeiten.
- Kontakt:  
Jürgen Baldig  
Telefon: (01 75) 5 35 47 12

E-Mail: [chronischer-schmerz-dd@web.de](mailto:chronischer-schmerz-dd@web.de)

■ Treff:

jeden 1. Montag des Monats, 16.15 Uhr  
Klinik am Waldschlöbchen, Sudhausweg 6,  
01099 Dresden

### Migräne und chronische Kopfschmerzen

■ Wir über uns:

Betroffene jeden Lebensalters sind willkommen in der neugegründeten Selbsthilfegruppe. Unser Anliegen ist es, (neue) Wege der Bewältigung und des Umgangs mit der Erkrankung kennenzulernen, auszuprobieren und einzuschlagen.

■ Kontakt:

Telefon: (01 60) 94 96 25 13

E-Mail: [shg-migraene-dresden@gmx.de](mailto:shg-migraene-dresden@gmx.de)

■ Treff:

Termine bitte erfragen

Frauen- und Mädchengesundheitszentrum  
MEDEA e. V., Prießnitzstraße 55, 01099  
Dresden

### Chronisches Erschöpfungssyndrom

Myalgische Enzephalomyelitis/Chronic Fatigue Syndrome (ME/CFS)

Regionalgruppe Dresden des Fatigatio e. V.

■ Wir über uns:

ME/CFS ist eine chronische neuroimmunologische Systemerkrankung. Zentrales Krankheitsmerkmal ist eine mental nicht beeinflussbare, quälende, andauernde körperliche Schwäche, verbunden mit schweren kognitiven Störungen, schlechtem Schlaf und vielfältigen Schmerzen. Zu den Gruppentreffen informieren wir über Diagnostik, Therapie und Strategien zur Krankheitsbewältigung. Wir freuen uns auf ein hilfreiches Miteinander der Erkrankten, die den Diagnoseschlüssel G93.3 haben, und besonders auch deren An-

gehörigen.

■ Kontakt:

Infotelefon: (03 51) 8 21 15 38

jeden Donnerstag 17–20 Uhr

E-Mail: [rg.dresden@fatigatio.de](mailto:rg.dresden@fatigatio.de)

Internet: [www.fatigatio.de](http://www.fatigatio.de)

■ Treff:

jeden 1. Donnerstag des geraden Monats,  
15–18 Uhr

KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden

### Diabetes

Diabetikerselbsthilfegruppe Dresden-Mitte  
im Deutschen Diabetiker Bund

■ Wir über uns:

Unsere Ziele sind:

- kontinuierliche Vermittlung von Informationen zu sozialen, medizinischen, psychologischen und populärwissenschaftlichen Themen, die im Zusammenhang mit unserem Krankheitsbild stehen
- Pflege des Erfahrungsaustausches mit Gleichbetroffenen über die eigene Therapieführung zur Verbesserung der individuellen Lebenssituation und zur Inanspruchnahme von Medikamenten, Heil- und Hilfsmitteln
- gemeinsame Freizeitgestaltung, wie Wanderungen, Besuch von Veranstaltungen, Fachexkursionen u. a. zur Pflege von Gemeinschaftssinn und Geselligkeit
- Zusammenarbeit mit Fachleuten für Diabetes (Ärzte, Ernährungsberater u. a.), um sie durch ihr Auftreten in der Gruppe als Helfer und Partner zu gewinnen
- aktive Zusammenarbeit mit dem Deutschen Diabetiker Bund als kompetenten Interessenvertreter aller Menschen mit Diabetes mellitus in Deutschland
- Bereicherung des Wirkens anderer Selbsthilfeinitiativen durch Beteiligung an regionalen

Veranstaltungen, Pflege der Zusammenarbeit

- Kontakt  
Lutz Gerlach  
Telefon: (03 51) 2 03 98 86
- Treff:  
jeden 1. Mittwoch des Monats, 15 Uhr, Begegnungsstätte DRK Kreisverband Dresden e. V., Striesener Straße 39, 01307 Dresden
- Sonstiges:  
Die Selbsthilfegruppe ist Mitglied im Deutschen Diabetiker Bund, Landesverband Sachsen e. V., Striesener Straße 39, 01307 Dresden, Telefon: (03 51) 4 52 66 52

DiabetikerSelbsthilfegruppe Dresden-Altstadt  
im Deutschen Diabetiker Bund

- Wir über uns:  
In unserer monatlich stattfindenden Gesprächsrunde tauschen wir uns zu Fragen und Problemen zur Führung des Diabetes aus oder besuchen medizinische Einrichtungen. Außerdem unternehmen wir kleinere Wanderungen in die nähere Umgebung Dresdens, wo wir die in den Weiterbildungsveranstaltungen gewonnenen Erkenntnisse für die effektive Stoffwechselführung unter Belastung anwenden.
- Kontakt:  
Dr. Renate Pfriem  
Prohliser Allee 23, 01239 Dresden  
Telefon: (03 51) 2 75 26 46
- Treff:  
jeden 2. Montag des Monats, 14–16 Uhr  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden
- Sonstiges:  
Die Selbsthilfegruppe ist Mitglied im Deutschen Diabetiker Bund, Landesverband Sachsen e. V., Striesener Straße 39, 01307 Dresden  
Telefon: (03 51) 4 52 66 52

DiabetikerSelbsthilfegruppe „Optimisten“  
im Deutschen Diabetiker Bund

- Wir über uns:  
In unseren monatlichen Gruppentreffen geht es in Diskussionsrunden wie auch in Vorträgen von Fachleuten um alle Fragen rund um den Diabetes.
- Kontakt:  
Erika Griebach, Telefon: (03 51) 2 00 05 12
- Treff:  
jeden 1. Dienstag des Monats, 15–17 Uhr  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden

DiabetikerSelbsthilfegruppe Dresden-Plauen

- Wir über uns:
  - Schulung durch Fachvorträge von Fachärzten, Diätberaterinnen und Firmenvertretern über Medikamente und technische Hilfsmittel bei der Diabetesbehandlung
  - Diskussion allgemein interessierender Fragen in Rundtischgesprächen
  - Informationen über Diätaufbau und Notwendigkeit der Einhaltung
  - Verhalten in Sondersituationen wie Reisen, Krankheit, Bettruhe, körperliche Belastung
  - Komplikationen, ihre Vermeidung und Behandlung
  - Teilnahme an überregionalen Vorträgen und Veranstaltungen wie z. B. des Begegnungs- und Schulungszentrums für Diabetes, Stoffwechselkrankheiten und Ernährungsstörungen Dresden, Fiedlerstraße 34, 01307 Dresden
- Kontakt:  
Hermine Oldenburg  
Telefon: (03 51) 4 72 60 23
- Treff:  
jeden 1. Mittwoch des Monats, 16 Uhr, Liebig-Apotheke, Liebigstraße 23, 01187 Dresden

## Diabetes und Herz

### ■ Wir über uns:

Herzkranken Diabetiker treffen sich regelmäßig, um sich mit dem Metabolischen Syndrom auseinander zu setzen. Dabei handelt es sich um das gefährliche Zusammentreffen von Übergewicht, Bluthochdruck, Überernährung, Fett- und Stoffwechselstörungen und mangelnder Bewegung. Neben dem Erfahrungsaustausch treffen wir uns regelmäßig jeden Montag, 9.30 Uhr im Großen Garten zu gemeinsamen sportlichen Aktivitäten.

### ■ Kontakt:

Jens Bogawski

Telefon: (03 51) 2 72 35 67

E-Mail: sachsenpassat@aol.com

### ■ Treff:

jeden 1. Montag des Monats, 14.30–17 Uhr  
Jugendinitiativladen „Bunker“, Prohliser  
Allee 6, 01239 Dresden

## Gehörlose Diabetiker

### ■ siehe Seite 40

## Insulinpumpenträger

### im Deutschen Diabetiker Bund

### ■ Wir über uns:

#### ■ monatliche Treffen

#### ■ Austausch, Information, Fachvorträge

#### ■ Ansprechpunkt für Interessenten der Insulinpumpentherapie

### ■ Kontakt:

Hans-J. Köhler

Achtbeeteweg 3 a, 01189 Dresden

Telefon: (03 51) 3 11 91 72

### ■ Treff:

jeden 1. Montag des Monats, 17 Uhr  
Universitätsklinikum Dresden, Haus 46 (neue  
Poliklinik), 2. Stock, Konferenzzimmer

### ■ Sonstiges:

Die Selbsthilfegruppe ist Mitglied im Deutschen Diabetiker Bund, Landesverband Sach-

sen e. V., Striesener Straße 39, 01307 Dresden

Telefon: (03 51) 4 52 66 52

## Epilepsie

### Epilepsie e. V.

### ■ Wir über uns:

Zu unseren Gruppenabenden organisieren wir Vorträge, in denen Ärzte über Epilepsie und deren Begleiterscheinungen sprechen. Damit wir Patienten uns persönlich näher kennen lernen können, unternehmen wir gemeinsam Besuche von Sehenswürdigkeiten usw.

### ■ Kontakt:

Matthias Ferner, Telefon: (0 35 21) 72 73 96

E-Mail: info@epilepsie-dresden.de

Internet: www.epilepsie-dresden.de

### ■ Treff:

bitte bei Matthias Ferner erfragen

## Fibromyalgie

### Fibromyalgiegruppe Dresden

### ■ Wir über uns:

Wir sind eine Selbsthilfegruppe von Patienten, die unter der chronischen, äußerst schmerzhaften und nicht entzündlichen Muskelerkrankung Fibromyalgie leiden. Wir versuchen in der Selbsthilfegruppe, unsere Probleme bewusst zu machen und Ansätze zur Bewältigung zu finden, helfen anderen Betroffenen, besser mit ihren Problemen fertig zu werden und sind Ansprechpartner für andere gleichbetroffene Frauen und Männer sowie Eltern betroffener Kinder.

### ■ Kontakt:

über KISS, Telefon: (03 51) 2 06 19 85

### ■ Treff:

jeden 2. Montag des Monats, 10 Uhr  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden

## Guillain-Barré-Syndrom

Deutsche GBS-Initiative e. V., Landesverband Sachsen

### ■ Wir über uns:

Die Deutsche GBS-Initiative ist eine Vereinigung von Guillain-Barré-Syndrom-Betroffenen und Angehörigen zur Aufklärung, Betreuung und Information über die Erkrankung. Wir unterstützen bei der Durchsetzung von Rechten unserer Mitglieder und bei der Kontaktaufnahme zu Rehabilitationskliniken und Fachspezialisten.

### ■ Kontakt:

Eckhard Schröter

Telefon: (0 35 01) 58 86 71

E-Mail: [e.schroeter@gbs-selbsthilfe.de](mailto:e.schroeter@gbs-selbsthilfe.de)

Internet: [www.gbs-selbsthilfe.de](http://www.gbs-selbsthilfe.de)

### ■ Treff:

an wechselnden Orten in Sachsen  
bitte bei Eckhard Schröter erfragen

## Hämophilie

Deutsche Hämophiliegesellschaft zur Bekämpfung von Blutungskrankheiten e. V.

Landesgruppe Sachsen

### ■ Wir über uns:

Die Hämophilie ist eine angeborene Blutungs-krankheit. Durch den genetisch bedingten Mangel eines Blutgerinnungsfaktors wird eine wirksame Blutgerinnung bei äußeren und inneren Blutungen verzögert. Jährlich bieten wir mehrere regionale Veranstaltungen an: Mitgliederversammlungen, Familien- und Kinderwochenenden, Kinderfreizeiten über 14 Tage für Kinder zwischen 8 und 16 Jahren. Wir sind eine Interessengemeinschaft der an einer angeborenen oder erworbenen Blutungs-krankheit Leidenden, ihrer Angehö-

rigen sowie ihrer medizinischen und sozialen Betreuer. Zu unseren Mitgliedern gehören Patienten mit

### ■ Hämophilie (zahlenmäßig größte Gruppe)

### ■ von-Willebrand-Jürgens-Syndrom

### ■ anderen selteneren Blutungsleiden.

### ■ Kontakt:

Andreas Mothes

Diesterwegstraße 19 a, 01259 Dresden

Telefon: (03 51) 2 51 47 59

E-Mail: [andreas.mothes@dhg.de](mailto:andreas.mothes@dhg.de)

Internet: [www.dhg.de](http://www.dhg.de)

## Hauterkrankungen

Schuppenflechte

### ■ Wir über uns:

Schuppenflechte, auch Psoriasis genannt, ist neben Neurodermitis die häufigste Hauterkrankung, die auch die Gelenke befallen kann. Der Erfahrungsaustausch in unserer Gruppe über die Therapien, Medikamente und Kliniken dient jedem dazu, zum Experten für seine Schuppenflechte zu werden. Wir laden Fachleute in unsere Gruppe ein, besuchen Kliniken und nutzen Weiterbildungen des Bundesverbandes.

### ■ Kontakt:

Frank Meise

Boltenhagener Straße 4, 01109 Dresden

Telefon: (03 51) 8 03 25 38

E-Mail: [FrankMeise@web.de](mailto:FrankMeise@web.de)

### ■ Treff:

jeden 4. Donnerstag des Monats, 18 Uhr  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden

### ■ Sonstiges:

Die Gruppe ist organisiert im Deutschen Psoriasis Bund e. V.

Internet: [www.psoriasis-bund.de](http://www.psoriasis-bund.de)

## Herz-Kreislauf-Erkrankungen

### Defibrillatorträger

#### ■ Wir über uns:

Im Vordergrund der Arbeit unserer Gruppe steht die Hilfe für und der Erfahrungsaustausch mit den Betroffenen und ihren Angehörigen.

#### ■ Kontakt:

Günter Runge  
Rietschelstraße 4, 01069 Dresden  
Telefon: (03 51) 4 41 93 61

#### ■ Treff:

jeden 2. Mittwoch des Monats, 15 Uhr, Herzzentrum Dresden, Seminarraum, Fetscherstraße 76, 01307 Dresden

### Defibrillatorträger II

#### in Defibrillator (ICD) Deutschland e. V.

#### ■ Wir über uns:

In unserer Gruppe sind Menschen, denen ein implantierbarer Cardioverter Defibrillator (ICD) aufgrund von Rhythmusstörungen oder anderer Herzkrankheiten implantiert wurde. Die regelmäßigen Treffen helfen uns, Ängste zu überwinden, indem wir unsere Gefühle und Gedanken austauschen können und auch fachliche Unterstützung von Ärzten und Fachkräften erhalten.

#### ■ Kontakt:

Frank Börnig  
Telefon: (03 51) 28 56 13 15  
E-Mail: boernig@primacom.net  
Internet: www.defidresden.web99.de

#### ■ Treff:

jeden 1. Donnerstag des ungeraden Monats, 16 Uhr  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden  
in geraden Monaten Veranstaltungen laut Jahresplan, siehe Homepage

### Herz- und Gefäßkrankheiten der Deutschen Herzstiftung e. V.

#### ■ Wir über uns:

Unsere Selbsthilfegruppe für Herz- und Gefäßpatienten wurde im Januar 2007 gegründet. Wir kommen regelmäßig ein Mal im Monat zusammen, um unsere gesundheitlichen Probleme zu besprechen und durch gegenseitige Beratung Ängste zu überwinden. Ärzte und Pharmazeuten referieren in unserer Gruppe. Durch die Praxisklinik Herz und Gefäße und die Deutsche Herzstiftung erhalten wir Unterstützung und die Möglichkeit, an Tagungen und Patientenseminaren teilzunehmen. Wir kooperieren mit anderen Selbsthilfegruppen, um vor allem bei speziellen Themenveranstaltungen vielen Patienten die Teilnahme zu ermöglichen.

#### ■ Kontakt:

über KISS, Telefon: (03 51) 2 06 19 85

#### ■ Treff:

jeden 2. Dienstag des Monats, 15–18 Uhr, Praxisklinik Herz und Gefäße, Konferenzraum, Forststraße 3, 01099 Dresden

### Herztransplantierte

#### ■ Wir über uns:

Selbst transplantiert in der Zeitspanne zwischen einem und vor 19 Jahren verstehen wir uns als Kontaktplattform für Patienten und deren Angehörige vor und nach einer Herztransplantation. Aus unserer eigenen Erfahrung schöpfend klären wir über die besonderen Lebensumstände und Vorsichtsmaßnahmen nach einer Transplantation auf. Wichtig ist uns auch die Öffentlichkeitsarbeit zum Thema Organspende.

#### ■ Kontakt:

Bernd Kunath  
Telefon: (03 51) 4 41 94 24  
E-Mail: shg-hzdd@web.de

- **Treff:**  
Termin bei Bernd Kunath erfragen, Herzzentrum Dresden, Fetscherstr. 34, 01307 Dresden

Jugendliche und Erwachsene mit angeborenem Herzfehler  
in der Bundesvereinigung JEMAH e. V.

- **Wir über uns:**  
Ein Leben mit angeborenem Herzfehler bedeutet lebenslange, regelmäßige medizinische Betreuung und Nachsorge, oft auch mehrere Operationen. Häufig haben die Betroffenen eine stark eingeschränkte Leistungsfähigkeit mit Auswirkungen auf Ausbildung, Beruf, Familienplanung. In regionalen Gruppentreffen bieten wir Erfahrungsaustausch und Hilfestellung, und wir nutzen die vielfältigen Informations-, Bildungs- und Begegnungsmöglichkeiten der Bundesvereinigung.

- **Kontakt:**  
Sandra Grohmann  
E-Mail: [s.grohmann1@web.de](mailto:s.grohmann1@web.de)  
Kathrin Helle  
Telefon: (03 71) 64 12 95  
Internet: [www.jemah.de](http://www.jemah.de)

- **Treff:**  
an wechselnden Orten in Sachsen  
bitte bei den Kontaktpersonen erfragen

Lebensstil Herz

- **Wir über uns:**  
Der amerikanische Arzt Dr. Dean Ornish belegte in Studien, dass durch eine Veränderung der Lebensweise und der Ernährungsgewohnheiten eine Rückbildung von Herzkrankgefäßverengungen bewirkt werden kann. In unserer im Herbst 2002 gegründeten Selbsthilfegruppe befassen wir uns mit diesen Erkenntnissen, insbesondere mit herzgesunder Ernährung, Entspannungstechniken und angemessenem Ausdauersport. Ziel unserer Gruppenarbeit ist die Vorbeu-

gung des Entstehens und Fortschreitens der koronaren Herzerkrankung.

- **Kontakt:**  
über KISS, Telefon: (03 51) 2 06 19 85
- **Treff:**  
in der Regel jeden 2. Freitag des Monats, 15.30–17.30 Uhr  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden

## Lupus Erythematodes

Lupus Erythematodes  
Regionalgruppe der Lupus Erythematodes  
Selbsthilfegemeinschaft e. V. Wuppertal

- **Wir über uns:**  
Beim Lupus Erythematodes handelt es sich um eine Erkrankung des Abwehrsystems (Immunsystems), die sich gegen den eigenen Körper richtet. Entzündlich erkranken können insbesondere die Haut, die inneren Organe, das Muskel- und Nervensystem, die Gelenke sowie die Gefäße, und es kann zu Veränderungen des Blutes kommen. Ziel unserer Gruppe ist die Hilfe zur Selbsthilfe für Personen, die an Lupus erkrankt sind:
- Austausch von Informationen und Erfahrungen zu Behandlungsmöglichkeiten
- Vermeiden der Isolation durch die Erkrankung
- **Kontakt:**  
über KISS, Telefon: (03 51) 2 06 19 85  
E-Mail: [dresden@lupus-rheumanet.org](mailto:dresden@lupus-rheumanet.org)
- **Treff:**  
jeden 1. Montag des Monats, 15 Uhr  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden  
(nach vorheriger Anfrage bei KISS)

Lupus Erythematodes für Berufstätige  
Regionalgruppe der Lupus Erythematodes  
Selbsthilfegemeinschaft e. V. Wuppertal

- **Wir über uns:**  
Unsere Gruppe wurde im November 2007

gegründet. Wir helfen einander durch Erfahrungsaustausch über eigenverantwortliches Verhalten und sinnvollen Umgang mit der Erkrankung. Unser Wissen über die Erkrankung erweitern wir durch Arztvorträge, Patiententage und durch eine aktive Mitarbeit im Bundesverband.

■ **Kontakt:**

Heike Schulz, Telefon: (03 51) 6 44 22 92  
E-Mail: dresden-land@rheumanet.org

■ **Treff:**

jeden 3. Dienstag des Monats, 18 Uhr  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden

und auch durch Vorurteile entstehende soziale Ausgrenzung zu minimieren.

■ **Kontakt:**

Gerhard Rhode  
Telefon: (03 51) 3 20 59 03  
E-Mail: GerhardRhode@gmx.de  
Internet: www.shg-lymphe-dresden.de

■ **Treff:**

Termin bitte bei Gerhard Rhode erfragen  
Orthopädie- und Rehasentrum, Seminarraum,  
Fetscherstraße 70, 01307 Dresden

## Lymphödeme

### Lymph-Selbsthilfegruppe Lymphödeme

■ **Wir über uns:**

Unsere Gruppe bietet Austausch von Informationen für Ödembetroffene und -gefährdete. Wir besuchen Veranstaltungen, organisieren Fachvorträge und nehmen an Weiterbildungsveranstaltungen teil.

■ **Kontakt:**

Erika Kutschke, Telefon: (03 51) 2 03 74 13  
Großsedlitzer Weg 1, 01257 Dresden

■ **Treff:**

jeden 1. Donnerstag des Monats, 16 Uhr,  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden

### Selbsthilfegruppe im Lymphnetz Region Dresden

■ **Wir über uns:**

Unsere Selbsthilfegruppe ist offen für Betroffene und Angehörige von Patienten mit Lymphödem, Lipödem. Es geht uns um den Austausch von Informationen über das gesundheitliche und soziale Versorgungssystem sowie eigener Erfahrungen bei der Bewältigung der durch die Krankheit verursachten Alltagsprobleme. Wir suchen Mittel, Wege und Methoden, um soziale Isolierung

## Morbus Bechterew

Deutsche Vereinigung Morbus Bechterew e. V.  
Landesverband Sachsen e. V.

### Gruppe Dresden

■ **Wir über uns:**

Wir sind eine Selbsthilfegemeinschaft von Patienten, die an Morbus Bechterew oder verwandten entzündlichen Wirbelsäulenerkrankungen leiden und deren Angehörigen und allen, die sich für diese Patienten einsetzen. Unsere Gruppe in Dresden hat zurzeit 133 Mitglieder. Das Gruppenmotto unserer Arbeit lautet: „Bechterewler brauchen Bewegung, Begegnung und Beratung“. Daher gehört die Organisation von Warmwassergymnastik und Trockengymnastik unter Anleitung von erfahrenen Therapeuten zu den wichtigsten Aufgaben. Auch andere sportliche Betätigung wie Wandern und Kegeln wird angeboten. Um unseren Mitgliedern eine umfassende Beratung zu gewährleisten, werden regelmäßig Arzt-Patienten-Seminare bzw. Vorträge zu verschiedenen Themen organisiert. Das persönliche Gespräch mit Betroffenen, die wissen „wovon man redet“, ist sehr wichtig.

■ **Kontakt:**

Ralf Blechschmidt  
Wittenberger Straße 92, 01277 Dresden



Telefon: (03 51) 4 46 95 31  
E-Mail: tg-dresden@dymb-sn.de  
Internet: www.dymb-sn.de oder  
www.bechterew.de

- Treff:  
bitte erfragen bei Ralf Blechschmidt oder Veranstaltungspan im Internet abrufen

## **Morbus Crohn, Colitis ulcerosa**

Morbus Crohn, Colitis ulcerosa Dresden

- Wir über uns:  
Wir sind eine Selbsthilfegruppe für Patienten mit chronisch entzündlicher Darmerkrankung (CED). Im Mittelpunkt steht bei uns die menschliche Beziehung bei Betroffenen und ihren Angehörigen. Wir beraten zu medizinischen Versorgungsmöglichkeiten wie Arztwahl und Kuren, zu sozialen und rechtlichen Problemen und Arzt-Patienten-Seminaren. Die Selbsthilfegruppe möchte den Erkrankten das Gefühl geben, mit ihren Sorgen und Problemen nicht allein zu sein.
- Kontakt:
  - Cordula Groß  
Telefon: (03 51) 8 36 08 32  
E-Mail: cgross@dccv.de
  - Christine Spremberg  
Telefon: (03 51) 4 03 36 53
- Treff:  
jeden 1. Dienstag des Monats, 18 Uhr  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden
- Sonstiges:  
Bundesverband Deutsche Morbus Crohn, Colitis ulcerosa Vereinigung (DCCV e. V.)  
Telefon: (030) 20 00 39 20  
Internet: www.dccv.de

## **Morbus Recklinghausen**

Von Recklinghausen-Gesellschaft e. V.  
Regionalgruppe Dresden

- Wir über uns:  
Neurofibromatose, auch Morbus Recklinghausen genannt, ist eine vererbare Tumorkrankheit mit sehr unterschiedlichen Krankheitsmerkmalen. Zwar sind die Tumore meist gutartig, doch können sie zu auffallenden Entstellungen führen oder auch lebenswichtige Organe befallen.  
Wir treffen uns in regelmäßigen Abständen, um in erster Linie einen Gedanken- und Erfahrungsaustausch vorzunehmen. Darüber hinaus haben wir uns die Aufgabe gestellt, das in der Fachöffentlichkeit vorhandene Wissen, neuere Entwicklungen und Ergebnisse von Forschung und Behandlung, Beratung und Betreuung zusammenzutragen und damit Hilfe für andere Betroffene aufzuzeigen.
- Kontakt:  
über KISS  
Telefon: (03 51) 2 06 19 85
- Sonstiges:  
Internet: www.neurofibromatose.de  
Büro der Von Recklinghausen Gesellschaft e. V.  
Telefon: (040) 46 09 24 14

## **Multiple Sklerose**

MS-Gruppen  
in der Deutschen Multiple Sklerose Gesellschaft (DMSG)  
Landesverband Sachsen e. V.

- Wir über uns:  
Die Selbsthilfegruppen Multiple Sklerose verstehen sich als Anlaufstelle zum Austausch über alle kleinen und großen Probleme im Alltag von MS-Erkrankten und deren Angehörigen. Die Altersstruktur und der Grad der

Behinderung der Mitglieder der Gruppen ist sehr unterschiedlich. Diese Mischung fördert den solidarischen Gedanken und ist unsere Stärke. In den meist monatlichen Treffen oder Veranstaltungen geht es um Fragen der Lebensbewältigung und gemeinsame Erlebnisse, wobei Spaß und Freude, aber auch sportliche und physiotherapeutische Betätigung eine große Rolle spielen. Einige Mitglieder sind noch berufstätig.

- Kontakt:
- SHG Leeder  
Sibylla Leeder, Telefon: (03 51) 4 96 17 18
- SHG Wirbelwind  
Falk Klätte, Telefon: (03 51) 4 27 85 04
- SHG Hamster  
Daniel Remsperger, Telefon: (03 51) 251 49 58
- SHG Igel  
Olaf Rehling, Telefon: (03 51) 4 60 50 45  
E-Mail: nixenfrosch@gmx.de
- Betroffene beraten Betroffene  
Sprechstunde:  
jeden 4. Dienstag des Monats 14–18 Uhr  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden  
Telefon: (03 51) 5 00 76 35  
(nur in der angegebenen Zeit)
- Sonstiges:  
Die Gruppen sind tätig unter dem Dach der Deutschen Multiple Sklerose Gesellschaft Landesverband Sachsen e. V., Borsbergstraße 12, 01309 Dresden  
Telefon: (03 51) 6 58 88 75  
Telefax: (03 51) 6 58 88 79  
E-Mail: dmsg-sachsen@dmsg.de

## Muskelerkrankungen

Deutsche Gesellschaft für Muskelkranke e. V. (DGM)

Landesverband Sachsen der DGM e. V.

- Wir über uns:

Der Landesverband Sachsen gründete sich Ende 1991. Wir wollen Menschen oder deren Angehörigen helfen, die mit der Diagnose Muskelkrankheit konfrontiert werden. Unser Landesverband zählt heute über 200 Mitglieder. Wir arbeiten mit den Muskelzentren in Dresden und Leipzig zusammen, die an der jeweiligen Universitätsklinik angeschlossen sind. Unser Vorstand ist ausschließlich ehrenamtlich tätig. An unserer Seite stehen Kontaktpersonen, die meist selbst betroffen sind, oder nahe Angehörige von Muskelkranken. Sie geben Hilfe in sozialen Belangen, vermitteln Informationen über Behörden und Ämter, beraten zu zweckmäßigen Hilfsmitteln und geben somit Betroffenen und deren Familien Rückhalt. Vor allem bemühen wir uns, das Gefühl zu vermitteln, dass die Betroffenen nicht allein gelassen werden und wir ein offenes Ohr für ihre Fragen und Probleme haben.

Schwerpunkte der DGM sind:

- Aufklärung der Öffentlichkeit, der Betroffenen und Angehörigen über Muskelkrankheiten
- Beratung der Mitglieder und Hilfe in allen Bereichen der Rehabilitation: Familie, Schule, Beruf und Eingliederung in die Gesellschaft
- Intensivierung und Koordinierung der klinischen Forschung zur Verbesserung der therapeutischen Möglichkeiten.
- Kontakt:  
„Stammtisch Dresden“ über: Ute Müller,  
Johann-Meyer-Straße 13 d, 01097 Dresden  
Telefon: (03 51) 4 11 39 23  
E-Mail: ute.mueller@dgm.org  
Internet: www.sachsen.dgm.org
- Treff:

Wir führen eigene Gesprächskreise wie den „Elternkreis muskelkranker Kinder“ und den „Gesprächskreis für Erkrankte an Amyotropher Lateralsklerose (ALS)“ durch, die jeweils etwa dreimal jährlich stattfinden. Weiterhin

besteht die Möglichkeit für alle Mitglieder und Interessenten, zum „Stammtisch“ zu kommen. Der Stammtisch in Dresden trifft sich oft am ersten Montag des Monats in der Begegnungsstätte des Verbandes der Körperbehinderten der Stadt Dresden e. V., Strehleener Straße 24, 01069 Dresden, in der Zeit von 17–20 Uhr. In diesen Veranstaltungen bieten wir eine breite Themenvielfalt an. Zum Beispiel laden wir Mitarbeiter von Krankenkassen, Rentenversicherungsträgern, von Sanitätshäusern oder der Verbraucherzentrale ein, um entsprechende Informationen zu bekommen. Für medizinische Vorträge stehen uns Ärzte des Muskelzentrums zur Verfügung. Innerhalb des „Stammtisches“ erfolgt auch der Austausch zu behindertengerechtem Urlaub, Hilfsmitteln oder verschiedenen Hobbys. Jährlich führen wir unser traditionelles Begegnungs- und Freizeitwochenende durch.

- Sonstiges:  
große Palette an Merkblättern, Broschüren und Rundbriefen zu krankheitsspezifischen Themen; vierteljährliche Vereinszeitschrift „Muskelreport“; umfangreiche Informationen auch unter [www.dgm.org](http://www.dgm.org)

#### Deutsche Myasthenie Gesellschaft e. V. (DMG) Regionalgruppe Dresden

- Wir über uns:  
Die Myasthenie (schwere Muskelschwäche) ist eine Autoimmunerkrankung, die auf einer Blockade der Erregungsübertragung von Nerv zu Muskel beruht. Die recht seltene Erkrankung äußert sich in einer krankhaften, vorzeitigen Ermüdung der Muskulatur. Häufige Symptome sind auch Sehstörungen durch Doppelbilder und hängende Augenlider. Um der Erkrankung mit all ihren Problemen künftig noch besser begegnen zu können, wurde 1986 die Deutsche Myasthenie Gesellschaft e. V. von Patienten gegründet. Sie hat sich

u. a. zur Aufgabe gemacht, den Informationsaustausch unter den Erkrankten, ihren Angehörigen und den Ärzten zu fördern, die Betroffenen zu beraten und zu informieren und Forschungsvorhaben, die die Behandlungsmöglichkeiten verbessern sollen, zu fördern. Die Arbeit unserer Gesellschaft wird durch einen ärztlichen Beirat unterstützt. Die regionalen Treffen bieten den Patienten und ihren Angehörigen Beratung und Hilfestellung.

- Kontakt:  
über die Geschäftsstelle der Deutschen Myastheniegesellschaft e. V. Bremen  
Telefon: (04 21) 59 20 60  
E-Mail: [info@dgm-online.de](mailto:info@dgm-online.de)  
Internet: [www.dgm-online.de](http://www.dgm-online.de)

#### Natürliche Lebensweise

##### Naturgemäß Leben und Heilen

- Wir über uns:  
Erfahrungen mit den verschiedensten Krankheiten und deren Heilung führen uns seit 1994 zusammen. Diese Erfahrungen möchten wir weitergeben. Deshalb sind unsere Treffen offen für alle Interessierten und alle Fragen. Wissenschaft und Medizin warnen vor den Gefahren des gegenwärtigen Lebensstils (Metabolismus und Intoxikation). Wir wollen deshalb eigenverantwortlich unseren Lebensstil so weit wie möglich ändern. Dabei ist eine naturgemäße Ernährung (Rohkost) entscheidend wichtig. Wir nehmen damit Erfahrungen aus der Antike und der Tradition der Naturheilkunde in Dresden zu Anfang des 20. Jahrhunderts auf.  
Unsere Ziele sind:
  - Leben in Selbstverantwortung
  - einen ausgewogenen Alltag in Aktivität und Besinnung (Ganzheitlichkeit)
  - Aktivierung der Selbstheilungskräfte

- mehr Wissen und einen Erfahrungsaustausch darüber.

Unsere Themen sind deshalb weit gefächert: Ernährung als körperliche und geistige Nahrungsaufnahme, bewusste Bewegung und Wandern, Verstehen der Ursachen gesundheitlicher Störungen hinter den äußerlichen Symptomen, eine bewusste Rückbindung in das Netzwerk der Natur/Schöpfung mit ihren Gesetzmäßigkeiten.

- Kontakt:  
Wilfried Junghans  
Telefon: (03 51) 4 21 87 60  
E-Mail: WilfriedJunghans@gmx.net  
Wanderungen bitte erfragen bei Volkmar Stephani, Telefon: (03 51) 8 49 40 08
- Treff:  
jeden 1. Donnerstag und 3. Freitag des Monats, 19 Uhr  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden

## Nierenerkrankung

Interessengemeinschaft der Nierenkranken in Dresden e. V.

- Wir über uns:  
Die Mitglieder unseres Selbsthilfevereins sind der Auffassung, dass ärztliche Betreuung und professionelle Hilfe, die für alle Nierenpatienten lebenswichtig und daher unerlässlich sind, durch einen Selbsthilfeverein sinnvoll ergänzt werden können. Wir sehen unser Anliegen darin, uns immer dann um unsere Mitpatienten zu bemühen, wenn die Aufgaben seitens der Medizin erfüllt sind, aber dennoch viele wichtige Fragen offen bleiben.  
Die Interessengemeinschaft der Nierenkranken in Dresden e. V.
- informiert in der Öffentlichkeit über Nierenerkrankungen und deren Folgen
- hilft bei der Bewältigung der spezifischen Le-

bensituation

- bietet psychosoziale Beratung und Betreuung
- organisiert Sprechstunden, Informations- und Kulturveranstaltungen
- fördert die Kommunikation der Mitglieder durch Gesprächsrunden und die Fachzeitschrift
- berät bei organisatorischen Problemen der Urlaubsgestaltung (wie z. B. Dialysemöglichkeit)
- unterstützt die Interessen der Betroffenen gegenüber Kassen und Behörden.
- Kontakt:  
Christine Paulick  
Telefon: (0 35 23) 6 33 32  
Löbnitzstraße 23, 01640 Coswig
- Treff:  
Termin bei Christine Paulick erfragen  
Begegnungsstätte der Volkssolidarität, Alfred-Althus-Straße 2, 01067 Dresden
- Sonstiges:  
Mitglied im Dialyseverband Sachsen e. V. und im Verein „Dialysepatienten Deutschlands“ e. V.

## Organtransplantierte

Arbeitsgruppe Organspende  
im Selbsthilfeverein der Apherese-Patienten Sachsen e. V.

- Wir über uns:  
In Deutschland kann seit Jahren nur rund ein Drittel der medizinisch notwendigen Organtransplantationen wegen des Mangels an Spenderorganen durchgeführt werden. Wir sehen auch bei der gegebenen rechtlichen Situation ein breites Spektrum von Möglichkeiten, die Zahl der Organspender und damit der Transplantationen deutlich zu steigern. Hierzu gehört vor allen Dingen die Aufklärung der Bevölkerung. Unsere Aufgaben sind unter anderem die Betreuung von Wartepatienten und

deren Angehörigen, Gespräche in Vereinen und Institutionen sowie Vorträge in kleinem und großem Rahmen. Vorbereitende Gespräche mit Lebendspendern gehören genauso zu unserer Arbeit wie die Mitarbeit in medizinischen oder politischen Bereichen, wo wir als Betroffene mit unserem Erfahrungsschatz willkommene Gesprächspartner sind. Wir betreuen auch die Hinterbliebenen von Organspendern, indem wir sie auch im Nachhinein von der Richtigkeit ihrer Entscheidung „pro Organspende“ bestärken und dadurch ihre Zweifel und seelischen Nöte lindern helfen. Die Selbsthilfe ist die Grundlage unserer Arbeit, die Hilfe von Mensch zu Mensch. Diese psychosoziale Arbeit soll die medizinische Versorgung ergänzen und ein lebenswertes Leben mit der Behinderung ermöglichen.

- Kontakt:  
Peter Walther, Vorsitzender  
Neundorfer Straße 9, 01257 Dresden  
Telefon: (03 51) 2 00 19 94  
E-Mail: [aps-ev@web.de](mailto:aps-ev@web.de)
- Treff:  
Termine bitte bei Peter Walther erfragen, Herz-zentrum, Fetscherstraße 76, 01309 Dresden

Herztransplantierte

- siehe Seite 20

## **Osteogenesis imperfecta**

Gesellschaft für Osteogenesis imperfecta Betroffene e. V.

Landesverband Ost

- Wir über uns:  
Da die Glasknochenkrankheit nur sehr selten auftritt, haben wir uns 1990 in einem Landesverband zusammengeschlossen. Zurzeit haben wir 134 Mitglieder, welche in den neuen Bundesländern einschließlich Berlin wohnen.

Auf unseren Herbsttreffen findet ein reger persönlicher Erfahrungsaustausch statt. Bereichert werden die Treffen durch Vorträge und Diskussionen zu Themen wie medizinische und therapeutische Behandlungsmethoden, Beantragung von Hilfsmitteln, Möglichkeiten zur Integration in Kindergarten, Schule und Beruf sowie selbstständige Lebensführung.

Die Ziele unseres Verbandes sind:

- Betreuung und Aufklärung der Betroffenen und ihrer Angehörigen
- Förderung und Unterstützung von Aktivitäten zur Erforschung und Behandlung von Osteogenesis imperfecta durch Kontaktpflege zu Ärzten und Kliniken
- Aufklärung der Öffentlichkeit über die Probleme der Betroffenen und ihrer Angehörigen.
- Kontakt:  
Ansprechpartner für Dresden:  
Andreas Bergmann  
Telefon: (03 51) 8 30 69 07  
E-Mail: [info@weintrauben-apo.de](mailto:info@weintrauben-apo.de)
- Treff:  
jährliches Herbsttreffen, Termin, Informationen im Internet unter [www.oi-gesellschaft.de](http://www.oi-gesellschaft.de)

## **Osteoporose**

Osteoporose Gruppe I und II

im Osteoporose-Selbsthilfedachverband e. V.

Gotha

- Wir über uns:  
Wir möchten Betroffene aller Altersgruppen ansprechen. Unser Ziel ist, die Erfahrungen jedes Einzelnen im Umgang mit der Krankheit in der Gruppe auszutauschen und somit Erkenntnisse nutzbar zu machen. Dies wird nur durch regelmäßige Treffen möglich, bei denen wir uns durch Diskussionen, Vorträge von Ärzten, Heilpraktikern, Ernährungsberatern, Physiotherapeuten u. a. über den neuesten

Stand von möglichen Therapien informieren. Des Weiteren organisieren wir Besichtigungen von Kureinrichtungen u. a. Auch geselliges Beisammensein ist in unserem Programm enthalten. Wir können außerdem eine wöchentliche Trocken- und Wassergymnastik als verordnungsfähiges Funktionstraining anbieten.

- Kontakt:  
über KISS  
Telefon: (03 51) 2 06 19 85  
E-Mail: shg-osteoporose@web.de
- Treff:  
jeden 3. Montag des Monats, 15 und 17 Uhr  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden
- Sonstiges:  
Informationsmaterial vorhanden

Osteoporose-Selbsthilfegruppe Dresden-Klotzsche im Osteoporose-Selbsthilfedachverband e. V. Gotha

- Wir über uns:  
Unsere Gruppe besteht seit 2003 und hat über 30 Mitglieder. Wir haben regelmäßige Zusammenkünfte mit Erfahrungsaustausch, Arztvorträgen und Geselligkeit. Wöchentlich wird in drei Therapiegruppen unter qualifizierter Anleitung ein Funktionstraining durchgeführt.
- Kontakt:  
Günther Raedisch  
Kiefernweg 2 b, 01465 Langebrück  
Telefon: (03 52 01) 8 09 15
- Treff:  
bitte bei Günther Raedisch erfragen

Osteoporose-Selbsthilfegruppe Striesen

- Wir über uns  
Der Kontakt zu unserer Gruppe kann von Patienten mit ärztlicher Verordnung für Funktionstraining aufgenommen werden. Einmal

wöchentlich wird von speziell ausgebildeten Übungsleitern Trockengymnastik durchgeführt. Wir bieten weiterhin regelmäßigen Erfahrungsaustausch, Auswertung von Infomaterialien und Besuch von Veranstaltungen zu unserem Krankheitsbild.

- Kontakt:  
Edelgard Fröhlich  
Telefon: (03 51) 4 59 37 01
- Treff:  
jeden Dienstag, 10–10.45 und 11–11.45 Uhr  
Studio für Sport und Gesundheit, Fetscherplatz 3, 01307 Dresden

Osteoporose-Selbsthilfegruppe Dresden-Weixdorf im Landesselbsthilfeverband Sachsen für Osteoporose e. V.

- Wir über uns  
In unserer seit 2003 bestehenden Gruppe bieten wir verordnungsfähiges Funktionstraining unter fachlicher Anleitung an. Weiterhin finden Zusammenkünfte statt mit Vorträgen zu solchen Themen wie Ernährung bei Osteoporose oder Maßnahmen zur Muskelstärkung.
- Kontakt:  
Gerlinde Scheunig  
Telefon: (03 51) 4 21 35 73
- Treff:  
jeden Mittwoch und Donnerstag, 10.30 Uhr  
Funktionstraining  
Fitness-Studio Marquardt, Königsbrücker Landstraße 277, 01108 Dresden

## Parkinson

Deutsche Parkinson Vereinigung e. V.  
Regionalgruppe Dresden

- Wir über uns:  
Die Gruppe ist offen für Parkinsonkranke und Angehörige. Ihr Wirkungsfeld ist die Informa-

tion und Aufklärung zur Krankheit, zu neuen Therapien, Forschungen und Medikamenten, des Weiteren zum Umgang mit der Krankheit und allen Begleiterscheinungen. Ebenso werden Kontakte zum sozialen Umfeld gefördert und Möglichkeiten gezeigt, den oft schwierigen Alltag zu bewältigen, Lebensqualität und Selbstständigkeit zu behalten. Themen der regelmäßigen Veranstaltungen und Treffen sind u. a.: Erfahrungsaustausch, Bewegungstraining, Angehörigengespräche, Vorträge von Ärzten, Therapeuten, Vertretern sozialer Einrichtungen und Ämter.

- Kontakt:  
Karin Karlsson-Hammer  
Telefon/Telefax: (03 51) 8 03 79 03  
Kontaktsprechstunde:  
jeden 2. Dienstag des Monats, 15–16.30 Uhr,  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden  
Telefon: (03 51) 5 00 76 35  
nur in der angegebenen Zeit
- Sonstiges:  
Informationsmaterial vorhanden

## **Pflegende Angehörige**

Gruppe für pflegende Angehörige

- Wir über uns:
  - Das Angebot ist offen für alle Betroffenen und Interessierten, welche z. T. ohne Unterstützung eines Pflegedienstes ihre Angehörigen zu Hause pflegen
  - Ziele und Inhalte unserer Gruppenarbeit sind Informationen rechtlicher, medizinischer und sozialer Art, Anleitung, Beratung, Gespräch, moralische Unterstützung, Belastung reflektieren, individuelle Entlastungsangebote, Geborgenheit in der Gruppe, auch um Distanz zur Pflegesituation zu Hause schaffen
- Kontakt:  
Seniorenberatung, Helga Laskowski

Königsbrücker Landstraße 6 a, 01109 Dresden  
Telefon: (03 51) 8 80 42 87  
E-Mail: helga.laskowski@diakonie-dresden.de  
Internet: www.diakonie-dresden.de

- Treff:  
jeden 2. Donnerstag des Monats, 16 Uhr  
Beratungsstelle für Senioren und Angehörige,  
Königsbrücker Landstraße 6 a, 01109 Dresden

Pflegende Angehörige  
der Seniorenbegegnungsstätte Bülowh

- Wir über uns:  
Die Gruppe ist offen für alle, die ihre Angehörigen pflegen und betreuen. Ziel ist, das Selbsthilfepotenzial jedes Einzelnen zu stärken. Die Gespräche miteinander ermöglichen Austausch und Ermutigung und unterstützen bei der Bewältigung von Konflikten und Schuldgefühlen. Oft ergeben sich beim gemeinsamen Nachdenken neue Gesichtspunkte.
- Kontakt:
  - Seniorenbegegnungsstätte Bülowh  
Anja Klemm und Jeanette Lorenz  
Telefon: (03 51) 2 68 89 88  
E-Mail: sbs@buelowh.de  
Internet: www.buelowh.de
- Treff:  
jeden 2. Mittwoch des Monats, 15 Uhr  
Seniorenbegegnungsstätte Bülowh,  
Pillnitzer Landstraße 12, 01326 Dresden

## **Poliomyelitis**

Polio-Selbsthilfegruppe Dresden  
Regionalgruppe im Bundesverband Poliomyelitis e. V.

- Wir über uns:  
Die Interessengemeinschaft von Personen mit Kinderlähmungsfolgen bietet Betroffenen sowie Ärzten und Therapeuten umfangreiche

Publikationen zum Thema „Poliomyelitis, Post-Poliosyndrom“, leistet Hilfe zur Selbsthilfe für Polio-Betroffene, die dies wünschen, trifft sich regelmäßig zu medizinischen und ergänzenden Vorträgen, zum Gedanken- und Erfahrungsaustausch, gibt Tipps, kennt erfahrene Ärzte, Therapeuten, gute orthopädische Werkstätten und vermittelt die neuesten Informationen vom Bundesverband Poliomyelitis und der Bundesarbeitsgemeinschaft Selbsthilfe für behinderte Menschen e. V.

■ Kontakt:

■ Roselore Sickert

Telefon: (03 51) 2 02 20 12

■ Helga Döring

Telefon: (03 51) 8 30 59 35

E-Mail: [helgadoering@web.de](mailto:helgadoering@web.de)

■ Treff:

jeden 2. Mittwoch des Monats, 13.30–16.30 Uhr, Seniorenzentrum Amadeus, Striesener Straße 2, 01307 Dresden

## Polyzystisches Ovarialsyndrom (PCOS)

PCOS

Regionalgruppe der PCOS Selbsthilfe Deutschland e. V.

■ Wir über uns:

Das Polyzystische Ovarialsyndrom (PCO-Syndrom) ist eine der häufigsten Stoffwechselstörungen geschlechtsreifer Frauen und Ursache für erhöhte Androgenspiegel, Zyklusstörungen und Unfruchtbarkeit der Frau. Unsere Selbsthilfegruppe haben wir 2005 gegründet, weil uns gegenseitige Unterstützung und Verständnis sehr wichtig sind.

■ Kontakt:

Sandra Haucke

Telefon: (01 72) 7 95 09 25

E-Mail: [dresden@pcos-selbsthilfe.org](mailto:dresden@pcos-selbsthilfe.org)

Internet: [www.pcos-selbsthilfe.org](http://www.pcos-selbsthilfe.org)

■ Treff:

im Internet abrufbar

## Restless-Legs-Syndrom

Restless-Legs-Syndrom

in der Deutschen Restless Vereinigung e. V.

■ Wir über uns:

Das Restless-Legs-Syndrom, auch als „Syndrom der unruhigen Beine“ bekannt, ist eine alte, aber leider bis heute oft unerkannte neurologische Krankheit. Die Selbsthilfegruppe will durch ihre Gespräche vermitteln, wie jeder einzelne Betroffene mit seinem Leiden umgeht und welche Hausmittel oder Verhaltensweisen neben den Medikamenten das Leben mit RLS erträglicher machen. Gleichzeitig werden Fortschritte in der RLS-Forschung besprochen und durch aktive Teilnahme an Studien unterstützt.

■ Kontakt:

Rainer Ziesemann

Am Waldrand 14, 01737 Hartha

Telefon: (03 52 03) 23 03

E-Mail: [gisela-rainer@web.de](mailto:gisela-rainer@web.de)

■ Treff:

Termine bitte bei Rainer Ziesemann erfragen  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden

## Rheuma

Rheuma-Liga Sachsen e. V.

Arbeitsgemeinschaft Dresden

■ Wir über uns:

Es existieren 5 Gesprächsgruppen, zu denen alle Betroffenen (Patienten des rheumatischen Formenkreises) als Mitglieder der Rheuma-Liga Sachsen Zugangsvoraussetzungen haben. „Begegnung, Beratung und Bewegung“ sind Inhalte der Selbsthilfegruppenarbeit.



- Kontakt:  
Beratung und Erstkontakt: jeden 1. Mittwoch des Monats, 14–15.30 Uhr (außer Juli, August) KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden  
Telefon: (03 51) 5 00 76 35  
nur in der angegebenen Zeit  
E-Mail: rhl.dd.em@googlemail.com

## Sarkoidose

Sarkoidose Gesprächskreis Dresden/Coswig  
in der Deutschen Sarkoidose Vereinigung e. V.

- Wir über uns:  
Unser Gesprächskreis wurde im September 2007 gegründet mit dem Ziel, eine Basis für den Erfahrungsaustausch zwischen Betroffenen, deren Angehörigen und Ärzten zu schaffen. Bei den sechsmal im Jahr stattfindenden Treffen ist Raum sowohl für persönliche Kontakte als auch für Fachvorträge.
- Kontakt:  
Angelika Funkhänel  
Telefon: (03 52 49) 7 94 07  
E-Mail: sarkoidose-dresden@web.de  
Internet: www.sarkoidose.de
- Treff:  
bei Angelika Funkhänel erfragen
- Sonstiges:  
Eine Mitgliedschaft in der Deutschen Sarkoidose Vereinigung e. V. ist empfehlenswert.

## Schlafapnoe

Dresdner Schlafapnoe Selbsthilfe

- Wir über uns:  
Wir sind Betroffene, die am Schlafapnoe-Syndrom erkrankt sind. Wichtigstes Ziel unserer Selbsthilfegruppe, die sich 2002 gründete, ist die Verbesserung der Lebensqualität. Wir bieten Betroffenen und deren Angehörigen

Erfahrungsaustausch, Hilfe zur Selbsthilfe, medizinische Informationen sowie Tipps und Tricks zur Therapie. Außerdem organisieren wir Gesprächsrunden mit Ärzten, Krankenkassen, Hilfsmittelherstellern und Servicefirmen. In Zusammenarbeit mit dem VdK Sozialverband unterstützen wir Patienten bei der Wahrnehmung ihrer sozialen Rechte, denn nur gut informierte Patienten können selbstbestimmt und eigenverantwortlich handeln. Unsere Selbsthilfegruppe wurde vom Finanzamt als gemeinnützig anerkannt.

- Kontakt:  
Ilona Buschmann  
Telefon: (03 51) 88 96 77 57  
E-Mail: ilonabuschmann@web.de
- Treff:  
jeden 3. Donnerstag des Monats, 15.30 Uhr  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden

Verein zur Selbsthilfe Schlafapnoe/Schlafstörungen e. V. Sachsen  
Regionalgruppe Dresden

- Wir über uns:  
Unsere Dresdner Regionalgruppe ist eine von 13 Gruppen innerhalb des Landesverbandes Schlafapnoe. Zu den Gruppenabenden bieten wir:
  - Erfahrungsaustausch der Betroffenen
  - Hinweise zum Umgang mit der Erkrankung und zur Therapie
  - Hilfe bei der Bewältigung der Alltagsprobleme
  - Expertenvorträge zur Vermittlung neuester medizinischer und medizintechnischer Erkenntnisse
  - Aufklärung über eine noch bei vielen Menschen unbekanntes Erkrankung
  - Vermittlung zwischen Patienten, Ärzten, Medizintechnikern, Schlaflaboren und Kostenträgern.
- Auch persönliche Problemfälle finden bei uns Gehör und Hilfe. Außerdem bieten wir eine

monatliche Schlafmasken-Sprechstunde an.

- Kontakt:  
Christa Stosch  
Ockerwitzer Ring 17, 01156 Dresden  
Telefon: (03 51) 4 21 43 84  
E-Mail: [christa.stosch@googlemail.com](mailto:christa.stosch@googlemail.com)  
Internet: [www.schlafapnoe-sachsen.de](http://www.schlafapnoe-sachsen.de)

- Treff:  
Termine laut Jahresplan im Internet  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden  
Maskenberatung:  
jeden 1. Dienstag des Monats bei Christa Stosch (telefonische Anmeldung erforderlich)

## Schlaganfall

Schlaganfallgruppe Gorbitz

- Wir über uns:  
Unsere Selbsthilfegruppe möchte den vom Schlaganfall betroffenen Mitgliedern Hilfe und Unterstützung geben. Wir sind auch für die Angehörigen offen. Zu unseren Treffen organisieren wir Vorträge zu sozialen und medizinischen Themen, gestalten Bastelnachmittage oder unternehmen Ausflüge in die nähere Umgebung.
- Kontakt:  
Bernd Hanke  
Leutewitzer Ring 24, 01169 Dresden  
Telefon: (03 51) 4 16 28 31
- Treff:  
jeden 4. Dienstag des Monats 14–16 Uhr  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden

„Schlaglichter“ Dresden

- Wir über uns:  
Wir sind eine Gruppe Schlaganfallbetroffener mit ihren Angehörigen. Im Miteinander versuchen wir, mit unseren Grenzen zu leben und diese immer weiter hinauszuschieben.

- Kontakt:  
Irene Sollfrank  
Telefon: (03 15) 2 84 66 81
- Treff:  
jeden letzten Mittwoch des Monats, 15–17 Uhr  
Gemeindehaus Prohlis, Georg-Palitzsch-Straße 2, 01239 Dresden

## Sjögren-Syndrom

Sjögren-Gesprächskreis Dresden

- Wir über uns:  
Das Sjögren-Syndrom ist eine chronisch-entzündliche systemische Autoimmunkrankheit. Die Beschäftigung mit diesem komplexen Krankheitsbild, die Kontakte mit anderen Betroffenen und gute Tipps sollen dazu beitragen, die Alltagsprobleme zu lindern und die Lebensqualität zu verbessern.
- Kontakt:  
über KISS  
Telefon: (03 51) 2 06 19 85
- Treff:  
jeden 3. Donnerstag im 2. Monat eines Quartals, 16.30 Uhr  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden

## Sklerodermie

Sklerodermie Selbsthilfe e. V.

Regionalgruppe Dresden

- Wir über uns:  
Unsere Gruppe bietet zweimal im Jahr Informationsveranstaltungen mit Fachvorträgen. Bei zwei weiteren Veranstaltungen besteht die Möglichkeit zum Austausch untereinander.
- Kontakt:  
Margitta Antusch  
Telefon: (03 51) 8 38 32 48  
E-Mail: [mar.ant@web.de](mailto:mar.ant@web.de)

- **Treff:**  
Termine bitte bei Margitta Antusch erfragen  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden

## **Tumorerkrankungen**

### **Chaka-Mädels**

- **Wir über uns:**  
Wir Chaka-Mädels sind Brustkrebspatientinnen im Heilungsprozess nach überstandener Krankheit. Unser Ziel ist, freudvolle Begegnungen und Erlebnisse zu schaffen, indem wir uns für abwechslungsreiche und interessante Aktivitäten entscheiden. Wir konzentrieren uns auf das, was Freude macht und was JETZT ist und lassen die Vergangenheit mit all ihren Sorgen hinter uns. Die Themen, Inhalte und Termine unserer Treffen legen wir zu Beginn des Jahres gemeinsam fest.
- **Kontakt:**  
E-Mail: [chakamaedels@yahoo.de](mailto:chakamaedels@yahoo.de)
- **Treff:**  
bitte per E-Mail anfragen

### **Frauen mit Brustkrebs**

- **Wir über uns:**  
Unsere Gruppe besteht seit November 2007 und wendet sich an betroffene Frauen im Alter von etwa 40 bis 70 Jahren. Neben Fachvorträgen und entlastenden Gesprächen bei den monatlichen Treffen unternehmen wir auch gemeinsam Kulturelles und kleine Wanderungen oder sind kreativ.
- **Kontakt:**  
Cornelia Duty  
Telefon: (03 51) 3 21 38 44  
(01 62) 4 28 83 67  
E-Mail: [C.Duty@gmx.net](mailto:C.Duty@gmx.net)
- **Treff:**  
jeden 1. Donnerstag des Monats, 18.30 Uhr  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden

Neue Interessentinnen werden um telefonische Anmeldung bei Cornelia Duty gebeten.

### **Frauenselbsthilfe nach Krebs**

Landesverband Sachsen e. V., Gruppe Dresden

- **Wir über uns:**  
Betroffene finden in unserer Gruppe unter dem Gedanken „Krebskranke helfen Krebskranken“ eine Gesprächsrunde, um Erfahrungen auszutauschen und Informationen weiterzugeben. Wir treffen uns zu Einzel- und Gruppengesprächen, nehmen an Arztvorträgen und Fortbildungen teil. Wir gehen wandern, besuchen Ausstellungen und vereinbarten Treffen, die uns gut tun und Freude bereiten.
- **Kontakt:**  
über KISS  
Telefon: (03 51) 2 06 19 85
- **Treff:**  
Gruppentreff vierwöchentlich; bitte über KISS erfragen
- **Sonstiges:**  
Informationsmaterialien: Schriftenreihe der Deutschen Krebshilfe über einzelne Krebserkrankungen, Wegweiser zu Sozialleistungen

### **Gesprächskreis Hirntumor Dresden**

- **Wir über uns:**  
Wir Patienten mit einem Hirntumor und teilweise auch unsere Angehörigen fühlen uns wohl und verstanden in der Gruppe, denn jeder weiß, was die Diagnose Hirntumor für den einzelnen bedeutet. Wir bieten Kontakt zu anderen Betroffenen, Hilfestellung bei Anträgen und Behördengängen und auf Wunsch auch Begleitung zu Befundbesprechungen. Gelegentlich organisieren wir Gesprächsrunden mit Fachleuten, wie Neurochirurgen, Onkologen oder Physiotherapeuten, und pflegen Kontakte zur Sächsischen Krebsgesellschaft e. V., der Deutschen Hirntumorhilfe e. V., zu

themengleichen Gruppen in anderen Städten Deutschlands.

■ Kontakt:

Stephan Fischer

E-Mail: shg-hirntumor@web.de

■ Treff:

jeden 3. Freitag des Monats, 17 Uhr  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden

Jüngere ILCO Sachsen  
der Deutschen ILCO e. V.

■ Wir über uns:

Unsere Gruppe besteht seit dem Jahr 2002. Wir sind junge und junggebliebene Leute aus ganz Sachsen mit einem künstlichen Darm- oder Blasenaustrag. Anderen Betroffenen möchten wir zeigen, dass ein Leben mit Stoma auch lebenswert ist. Einmal im Jahr fahren wir gemeinsam über ein Wochenende in ein Kurbad, besuchen unser Patentier „Paul“ im Dresdner Zoo und haben Erfahrungsaustausch mit Stomatherapeuten und Ärzten.

■ Kontakt:

■ Kathrin Krasselt

Töpfergasse 2 b, 04821 Brandis

Telefon: (03 42 92) 7 23 54

E-Mail: m-krasselt@t-online.de

■ Sandra Röder

Am Teich 2, 07985 Elsterberg

Telefon: (03 66 21) 86 79

E-Mail: SandraR712@aol.com

■ Treff:

vierteljährlich, bitte bei den Kontaktpersonen erfragen

■ Sonstiges:

Internet: www.ilco.de

Kehlkopfloose

Bezirksvereinigung der Kehlkopfloosen Dresden und Umgebung e. V.

■ Wir über uns:

In Abstimmung mit den HNO-Kliniken und mit

Zustimmung der Betroffenen werden Kontakte zu den Menschen, die vor der Situation stehen, dass ihr Kehlkopf entfernt werden muss, aufgenommen. Die Betreuung durch Betroffene soll den Patienten vor und nach der Operation helfen, mit dieser neuen Situation, ohne menschliche Stimme und als Halsatmer, fertig zu werden. Weiterhin werden die Betroffenen auch nach dem Klinikaufenthalt von uns sozial und gesellschaftlich betreut.

■ Kontakt:

Götz Uth

Telefon: (0 35 21) 7 53 57

E-Mail: goetz.uth@gmail.com

■ Treff:

Termin bitte bei Götz Uth erfragen  
Begegnungsstätte der Volkssolidarität  
Alfred-Althus-Straße 2, 01067 Dresden

Leukämie und Lymphome bei Erwachsenen

■ Wir über uns:

Wir sind eine Gruppe von Erkrankten, ihren Angehörigen, Partnern und Freunden, die versucht, die alltäglichen persönlichen Probleme gemeinsam zu bewältigen, denn so geht sich mancher schwere Weg einfacher und angenehmer. Deshalb treffen wir uns regelmäßig, um uns auszusprechen und gegenseitig Hilfe zu geben

■ Informationen und Erfahrungen auszutauschen

■ Kontakte zu knüpfen

■ mit Fachkräften zu sprechen.

Wir besuchen Veranstaltungen und halten Kontakt zu Betroffenen, die sich in stationärer Behandlung befinden, aber wir erfreuen uns auch an gemeinsamen Ausflügen und Wanderungen.

■ Kontakt:

Jutta Marr

Kiefernweg 29, 01109 Dresden

Telefon: (03 51) 8 80 72 88

- **Treff:**  
jeden 2. Mittwoch des Monats, 15–18 Uhr  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden

#### Prostatakrebs Dresden

im Bundesverband Prostatakrebs (BPS) e. V.

- **Wir über uns:**  
Wir organisieren monatliche Gruppentreffen mit Erfahrungsaustausch und Arztvorträgen. Wir sind Kooperationspartner der Prostatakrebszentren des Krankenhauses Friedrichstadt und der Uniklinik.

- **Kontakt:**  
Wolfgang Prager  
Georg-Kühne-Straße 10, 01465 Langebrück  
Telefon: (03 52 01) 7 12 62  
E-Mail: wopralla71@t-online.de

- **Treff:**  
jeden 4. Mittwoch des Monats, 16 Uhr  
Begegnungsstätte DRK Kreisverband Dresden e. V., Striesener Straße 39, 01307 Dresden

- **Sonstiges:**  
Informationsmaterial und eine umfangreiche Bibliothek sind vorhanden

#### Stomaträger Dresden-Mitte der Deutschen ILCO e. V.

Vereinigung für Menschen mit künstlichem Darmausgang oder künstlicher Harnableitung

- **Wir über uns:**  
Unsere Gruppe ist seit 1990 in Dresden wirksam mit der Aufgabe, Stomaträgern zu helfen, ihre Lebenssituation zu verbessern und ein sinnvolles Leben zu gestalten. Inhalte der Treffen sind u. a. medizinische Vorträge, Informationen über rechtliche und gesetzliche Bestimmungen, Neuerungen in der Stomaversorgung, Austausch von Erfahrungen, gesellige und kulturelle Veranstaltungen sowie gemeinsame Ausfahrten. Auf Wunsch bieten wir Besuche zu Hause bzw. in den Kliniken an.

- **Kontakt:**  
Siegfried Spielvogel  
Seilergasse 13, 01067 Dresden  
Telefon: (03 51) 4 90 12 25  
E-Mail: siegfried.spielvogel@web.de

- **Treff:**  
jeden 1. Mittwoch des Monats, 14–16 Uhr  
Begegnungsstätte Glashütter Straße 53,  
1. Etage, 01309 Dresden

#### Tumorerkrankte

- **Wir über uns:**  
Gemeinsam mit Ärzten und Therapeuten überwinden wir die Angst vor weiteren Untersuchungen und Therapien und überlegen, was jeder selbst zur Förderung seiner Genesung, seiner Widerstandskraft und seiner Lebensqualität bei Krebserkrankung tun kann. In unserer Selbsthilfegruppe haben die Mitglieder aus eigener gleicher Betroffenheit für die Lebenssituation des anderen Verständnis. Auf dieser gemeinsamen Grundlage entwickelt sich das Vertrauen, das das zwanglose Gespräch ermöglicht. Jeder hört von den Problemen und Erfahrungen der anderen und findet offene Ohren für die eigenen. Betroffene Frauen und Männer und deren Angehörige sind jederzeit bei uns willkommen.

- **Kontakt:**  
■ Dr. Alwin Liehmann  
Telefon: (03 51) 4 53 76 99  
■ Gesundheitsamt Dresden, Beratungsstelle für Tumorkranke und deren Angehörige,  
Telefon: (03 51) 4 24 03 30
- **Treff:**  
jeden 1. und 3. Mittwoch des Monats, 14–16 Uhr, Gruppenraum des Gesundheitsamtes, Braunsdorfer Straße 13, 01159 Dresden
- **Sonstiges:**  
Faltblatt, Gruppenarbeitspläne Januar bis August, September bis Dezember

Urostomie Dresden  
der Deutschen ILCO e. V.

Vereinigung für Menschen mit künstlichem  
Darmausgang oder künstlicher Harnableitung

■ Wir über uns:

■ Ein Stoma oder eine künstliche Harnableitung bedeuten für jeden Betroffenen einen Einschnitt in das gewohnte Leben. Wir möchten mit unserer Arbeit in der Selbsthilfegruppe glaubwürdig darstellen, dass ein sinnvolles Leben trotz Stomas möglich ist und wie es gestaltet werden kann. Unsere Gruppe erfährt dabei fachliche Unterstützung von außen.

Inhalte unserer Arbeit sind:

- regelmäßiges Treffen der Gruppe (dabei sind Angehörige willkommen)
- Austausch von Erfahrungen im Umgang mit dem Stoma
- Behandlung von allgemein interessierenden Themen
- Führen von gewünschten Gesprächen zum Abbau möglicher Ängste vor bevorstehenden Operationen
- Kontakt:  
Solveig Reppert  
Weidentalstraße 16, 01157 Dresden  
Telefon: (03 51) 4 27 22 80  
E-Mail: [sollyvw.de@web.de](mailto:sollyvw.de@web.de)
- Treff:  
bitte bei Solveig Reppert erfragen

## Wirbelsäulenerkrankung

Selbsthilfegruppe Wirbelsäulenerkrankte

- Wir über uns:  
Wir bieten Patienten mit einer Erkrankung der Wirbelsäule, wie z. B. Bandscheibenschäden oder Skoliose:
- den Austausch von Informationen und Erfahrungen zur Erkrankung
- von uns organisierte Vorträge von Physiothe-

rapeuten, Ärzten und anderen Fachleuten zu aktuellen Therapiemöglichkeiten

- gemeinsame Freizeitgestaltung, wie z. B. kleine Wanderungen
- Kontakt:  
Hermann Beutel  
Telefon: (03 51) 2 68 73 36  
E-Mail: [hermann.beutel@freenet.de](mailto:hermann.beutel@freenet.de)
- Karin Schmidt  
Telefon: (03 51) 4 96 34 53
- Treff:  
jeden 3. Dienstag des Monats, 15 Uhr  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden

## ■ Körperliche und geistige Behinderungen

### Autismus

DRESDNER AUTISTEN

- Wir über uns:  
Mitglieder sind Erwachsene verschiedenen Alters mit diagnostizierter oder vermuteter Störung aus dem Autismusspektrum. Wir bieten regelmäßige Treffen in lockerer Gesprächsrunde zum Austausch über den Umgang mit Stärken und Schwächen des Autismus und zu (neuen) Erkenntnissen der Autismusforschung. Nach Voranmeldung und gruppeninterner Abstimmung können auch gern Gäste mit berechtigtem Interesse an unserem Thema (Eltern, Pädagogen, Therapeuten, Psychologen...) an den Treffen teilnehmen. Unsere Ziele:
- Stärkung von Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl durch Ausstieg aus der Außenseiterrolle
- Kompensation autismusspezifischer Defizite durch Austausch über Kompensationsstrategien
- Entdecken von Stärken des Autismus an sich selbst, wie beispielsweise Ausdauer und

präzise Arbeitsweise

- Prophylaxe sogenannter Komorbiditäten, wie Depressionen, die im Zusammenhang mit Autismus auftreten
- Training von sozialen Situation, die in der Gruppe leichter zu bewältigen sind
- Öffentlichkeitsarbeit zum besseren Verständnis von Autismus, z. B. Abstreifen des „Rainman-Klischees“
- Kontakt:  
Andreas Michel  
E-Mail: [Kontakt@DRESDNER-AUTISTEN.info](mailto:Kontakt@DRESDNER-AUTISTEN.info)  
Internet: [www.DRESDNER-AUTISTEN.info](http://www.DRESDNER-AUTISTEN.info)  
[www.facebook.com/DRESDNER.AUTISTEN](http://www.facebook.com/DRESDNER.AUTISTEN)
- Treff:  
jeden 2. und 4. Freitag des Monats, 19–21 Uhr  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden

Autismus Dresden e. V.

- Wir über uns:  
Frühkindlicher Autismus ist eine schwere Behinderung der sozialen Wahrnehmung und der Kommunikation. Sie geht auf eine Störung bei der Verarbeitung der Sinneswahrnehmung zurück. In Dresden trafen sich 1979 zum ersten Mal Eltern autistischer Kinder und gründeten einen Arbeitskreis unter dem Dach der Kirche. Heute existiert in Dresden ein Regionalverband unter dem Dach des Bundesverbandes „Autismus Deutschland e. V.“. Seine zirka 100 Mitglieder sind Eltern, Freunde und Fachleute. Jeder, der autistischen Menschen helfen möchte, kann bei uns Mitglied werden. Aufgaben des Regionalverbandes sind:
- Information der Öffentlichkeit
- Organisation von Hilfe für autistische Menschen und Angehörige
- Schaffung spezieller Einrichtungen zur Diagnose und Therapie
- Entwicklungsförderung von der Geburt bis ins Alter

- Kontakt:  
Andreas Boeltzig  
Telefon: (03 51) 2 81 58 80  
E-Mail: [autismus.dresden@gmx.net](mailto:autismus.dresden@gmx.net)
- Treff:  
nach Vereinbarung
- Sonstiges:  
enge Zusammenarbeit mit der Ambulanz und Beratungsstelle für Menschen mit autistischer Behinderung und deren Angehörige  
Dornblüthstraße 28, 01277 Dresden  
Telefon: (03 51) 3 11 53 10

Behindertentreff C.A.F.E. – Club am Freitag

- Wir über uns:  
In unserer Gruppe sind Menschen mit den verschiedensten Körperbehinderungen, viele von ihnen sind Rollstuhlfahrer. In den Treffen tauschen wir Erlebnisse und Alltagsprobleme aus, helfen uns gegenseitig beim Ausfüllen von Formularen, Briefe schreiben und anderen Dingen des Alltags und essen gemeinsam zu Abend. In regelmäßigen Abständen basteln oder musizieren wir oder bekommen Besuch von einer Laiengruppe Puppenspieler. Wir organisieren gemeinsame Freizeitgestaltung und kommen so aus der sozialen Isolation heraus. Seit Ende 2007 besitzen wir den Status der Gemeinnützigkeit.
- Kontakt:  
■ Heidi Wittig  
Telefon: (03 51) 8 48 58 83  
E-Mail: [Heidi.Wittig@t-online.de](mailto:Heidi.Wittig@t-online.de)
- Ina Krüger  
Telefon: (01 76) 67 57 39 62  
E-Mail: [Ina.Krueger@gmx.de](mailto:Ina.Krueger@gmx.de)  
Internet: [www.schreibspecht.de](http://www.schreibspecht.de)
- Treff:  
jeden 1. und 3. Freitag des Monats, 17–20 Uhr  
Begegnungsstätte der Volkssolidarität, Alfréd-Althus-Straße 2, 01067 Dresden  
Wir bitten um vorherige Kontaktaufnahme.

## Stammtisch für Eltern mit behinderten Kindern

### ■ Wir über uns:

Wir sind Eltern behinderter Kinder, die sich über alle Themen der Behinderung und über die Entwicklung der Kinder austauschen.

### ■ Kontakt:

Ing-Britt Tampe

Telefon: (01 72) 3 51 58 15

E-Mail: [ing-britt@tampes.com](mailto:ing-britt@tampes.com)

### ■ Treff:

jeden 2. Donnerstag des ungeraden Monats,  
20 Uhr

KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden

## Down-Syndrom

### Upside Down

#### Eltern von Kindern mit Down-Syndrom

### ■ Wir über uns:

Wir sind eine offene Gruppe für Familien, in denen Kinder mit Down-Syndrom leben. Wir wollen Ansprechpartner sein für Familien, in denen ein Down-Kind erwartet wird oder geboren wurde, aber auch für Familien mit größeren Kindern. Wir tauschen uns aus über spezifische Fragen des Down-Syndroms, wie Therapien, gesundheitliche, erzieherische, rechtliche Fragen, Schule usw. Und wir treffen uns zum zwanglosen Gespräch beim Spieletreff mit unseren Kindern.

### ■ Kontakt:

Ute Schulz

Potschappeler Straße 37, 01189 Dresden

Telefon: (01 74) 9 72 09 79

E-Mail: [schmidt.schulz@web.de](mailto:schmidt.schulz@web.de)

[kontakt@down-syndrom-dresden.de](mailto:kontakt@down-syndrom-dresden.de)

Internet: [www.down-syndrom-dresden.de](http://www.down-syndrom-dresden.de)

### ■ Treff:

Die Termine und Themen sind im Internet unter [www.down-syndrom-dresden.de](http://www.down-syndrom-dresden.de) zu finden.

## Fragiles-X-Syndrom

### Interessengemeinschaft Fragiles X e. V.

#### Regionalvertretung Sachsen

### ■ Wir über uns:

Unsere Zielgruppe sind Eltern, Verwandte, Ärzte, Menschen aus medizinischen, sozialen, pädagogischen Berufen und Betroffene. Ziele unserer Arbeit sind:

■ Bekanntmachung des Erscheinungsbildes des Fragilen-X-Syndroms in der Öffentlichkeit

■ Kontakte zwischen den betroffenen Familien

■ Erreichen einer optimalen Förderung der betroffenen Kinder und Erwachsenen

■ Erfahrungsaustausch und Beratung im Umgang mit Behörden

■ Weiterbildung

### ■ Kontakt:

Kerstin Lunze

Salzburger Straße 21, 01279 Dresden

Telefon: (03 51) 4 42 02 25

### ■ Treff:

bitte bei Kerstin Lunze erfragen

### ■ Sonstiges:

Informationsmaterial über Kerstin Lunze oder Internet erhältlich: [www.bbi-halle.de/frax](http://www.bbi-halle.de/frax)

## Verband der Körperbehinderten der Stadt Dresden e. V.

### ■ Wir über uns:

■ Wir sind ein Selbsthilfeverband für Körperbehinderte und ihre Freunde. Unser Ziel ist es, Hilfe zur Selbsthilfe zu geben. Hierbei zeigen wir Möglichkeiten und Wege auf, wie die Betroffenen ihre Probleme und Schwierigkeiten lösen können. Es gibt mehrere Varianten dieser Hilfe zur Selbsthilfe. Die erste besteht in unserer Beratungstätigkeit, welche auf der Basis Peer Counseling (Behinderte beraten Behinderte) arbeitet. Diese Beratung findet wöchentlich in der Begegnungsstätte statt.

■ Eine weitere Variante sind die Begegnungs-



angebote. Regelmäßige Veranstaltungen und Unternehmungen führen Körperbehinderte aller Altersgruppen zusammen. Dazu gehören jährlich Sport- und Spielfest, Vereins- und Drachenfest, Wandertag und andere gemeinsame Freizeitaktivitäten. Ebenso bieten wir kreative Nachmittage sowie regelmäßige Kaffee- und Spielnachmittage an. Bei diesen Angeboten steht im Vordergrund, dass behinderte Menschen aus ihrer Isolation herauskommen und im Kontakt mit anderen wieder Integration in unserer Gesellschaft erfahren sowie Erfahrungen untereinander weitergeben.

- Unsere ambulanten Dienste bieten eine breite Angebotspalette. Die Leistungen richten sich nach den individuellen Bedürfnissen. Dabei wird unter anderem Begleitung bei Arztbesuchen, Einkäufen oder Spaziergängen ermöglicht und Haushalthilfe durch das Engagement unseres Zivildienstleistenden erbracht. Des Weiteren bieten wir die unterschiedlichsten Tagesfahrten mit unserem behindertengerechten Kleinbus. Wir sind bestrebt, weitere territoriale Selbsthilfegruppen aufzubauen.

- Als Informationsplattform bieten wir unsere Vereinszeitschrift KOMPASS und die Homepage an, und wir arbeiten auf dem Gebiet barrierefreies Planen und Bauen mit verschiedenen Partnern zusammen.

■ Kontakt:

■ Kati Stephan, Vorsitzende

■ Helga Matthesius, Leiterin

Strehleener Straße 24, 01069 Dresden

Telefon: (03 51) 4 72 49 42

Telefax: (03 51) 4 72 96 52

E-Mail: [info@kompass-dresden.de](mailto:info@kompass-dresden.de)

Internet: [www.kompass-dresden.de](http://www.kompass-dresden.de)

■ Treff:

jeden Donnerstag 15–18 Uhr Beratung auf Basis von Peer Counseling, mit Reiseberatung nach vorheriger Vereinbarung

Arbeitsgemeinschaft Spina bifida und Hydrocephalus (ASbH) e. V.

Selbsthilfegruppe Dresden

■ Wir über uns:

Unsere Gruppe wendet sich an Betroffene oder Eltern betroffener Kinder. Ziele unserer Arbeit sind Basisinformationen über das Krankheitsbild Spina bifida und/oder Hydrocephalus zu vermitteln, Ansprechpartner für die Zielgruppe in ärztlichen, sozialen, behördlichen Bereichen zu finden und Kontakte zu knüpfen und bei gemeinsamen Veranstaltungen Erfahrungen auszutauschen.

■ Kontakt:

Robert Richter

Telefon: (0 35 23) 7 24 75

(01 72) 7 90 59 75

Telefax: (0 35 23) 53 46 05

E-Mail: [claus-coswig@t-online.de](mailto:claus-coswig@t-online.de)

- Treff: bitte bei Robert Richter erfragen

## Hörschädigung

Cochlea Implant Selbsthilfegruppe Dresden

■ Wir über uns:

Seit 1993 werden an der HNO-Universitätsklinik Dresden hochgradig schwerhörige und gehörlose Kinder und Erwachsene, denen Hörgeräte wenig oder gar keinen Nutzen bringen, erfolgreich mit Cochlea Implantaten (CI) versorgt. Das CI besteht aus einem implantierbaren Teil und einem Sprachprozessor, der hinter dem Ohr wie ein Hörgerät getragen wird. Da das Hören mit CI zunächst sehr gewöhnungsbedürftig ist und die Technik viele Fragen aufwirft, haben wir 2007 eine Selbsthilfegruppe für erwachsene CI-Versorgte gegründet. Bei unseren Diskussions- und Vortragsveranstaltungen legen wir besonderen Wert auf barrierefreie Kommunikation. Hörschleife und Schriftdolmetscher kommen

zum Einsatz.

■ Kontakt:

■ Angela Knölker

Telefon: (03 51) 4 76 96 44

Telefax: (03 51) 4 79 95 64

E-Mail: [angela.knoelker@gmx.de](mailto:angela.knoelker@gmx.de)

■ Ralf Wunderlich

Telefon: (01 52) 09 17 41 26

E-Mail: [wunderlich.direkt@web.de](mailto:wunderlich.direkt@web.de)

■ Treff:

Termine und Ort bei Angela Knölker erfragen jeden letzten Donnerstag des Monats, 18 Uhr Stammtisch beim Ortsverein Schwerhörige Dresden e. V.

■ Sonstiges:

Beratung zum CI: jeden Montag, 15–17 Uhr beim Ortsverein Schwerhörige Dresden e. V., Reitbahnstraße 36, 01069 Dresden

### Elternkreis „Schwerhörige Kinder“

■ Wir über uns:

Wir sind Familien mit (hochgradig, an Taubheit grenzend) schwerhörigen Kindern bis zum Grundschulalter, die mit Hörgeräten, BAHA-Gerät oder Cochlea Implantaten versorgt sind. Stark macht uns unser Netzwerk aus Erfahrung und Information. Wir bieten eine Veranstaltung monatlich für die Kinder und ihre Familien an.

■ Kontakt:

Yvonne Simmert

Telefon: (01 72) 3 78 87 94

E-Mail: [yvonne.simmert@kleines-ohr.de](mailto:yvonne.simmert@kleines-ohr.de)

Internet: [www.kleines-ohr.de](http://www.kleines-ohr.de)

■ Treff:

Veranstaltungskalender im Internet oder bei Yvonne Simmert erfragen

### Eltern und Freunde hörgeschädigter Kinder Dresden e. V.

■ Wir über uns:

■ Selbsthilfe für Eltern mit hörgeschädigten

### Kindern und Jugendlichen

■ Erfahrungsaustausch, Diskussionen, Vorträge unter Einbeziehung von Ärzten, Logopäden, Akustikern, Pädagogen

■ Austausch von Fachliteratur und speziellem Spiel- und Beschäftigungsmaterial

■ lautsprachorientierte Frühförderung

■ Integration der Kinder in Regelkindergarten, Regelschule und Berufsschule

■ Kontakt:

Silvia Hilbert

Telefon: (03 51) 4 01 31 47

Internet:

[www.hoergeschaedigte-kinder-dresden.de](http://www.hoergeschaedigte-kinder-dresden.de)

■ Treff:

laut Jahresplan im Internet

### Gehörlose Diabetiker

■ Wir über uns:

Zu unseren Gruppentreffen geht es um das Thema Diabetes. Wir kommunizieren dabei in Gebärdensprache und veranstalten Fachvorträge mit Gebärdendolmetscher:

■ Kontakt:

Monika Schwarz

E-Mail: [MnkSchwarz@web.de](mailto:MnkSchwarz@web.de)

und über Gehörlosenzentrum, Carolinenstraße 10, 01097 Dresden

Telefon: (03 51) 8 03 07 75 (Dagmar Dietzel)

Internet: [www.deaf-dresden.de](http://www.deaf-dresden.de)

■ Treff:

Termine bitte erfragen

Gehörlosenzentrum, Carolinenstraße 10, 01097 Dresden

### Ortsverein Schwerhörige Dresden e. V.

■ Wir über uns:

■ Interessenvertretung der Schwerhörigen und Ertaubten

■ Beratung Hörbehinderter zu Hörhilfsmitteln

■ Absehunterricht und Hörtraining durch einen Hörgeschädigtenpädagogen (Einzelunterricht)

und Gruppenübungen)

- Hilfe bei der Überwindung von Problemen durch die Hörbehinderung in Alltag und Berufsleben
- kulturelle Angebote und gemeinsame Veranstaltungen im Kreis von Gleichbetroffenen, um der Ausgrenzung und Vereinsamung entgegenzuwirken
- durch Einsatz von Höranlagen und bei Bedarf Schriftdolmetschern ist bei Veranstaltungen besseres Verstehen gewährleistet
- Sensibilisierung der Öffentlichkeit für die Besonderheiten dieser, unserer unsichtbaren Behinderung
- Interessengruppen Wandern, Kegeln, Rommé und Schwimmen
- Kontakt:  
Ortsverein Schwerhörige Dresden e. V.,  
Reitbahnstraße 36, 01069 Dresden  
Telefon: (03 51) 5 01 77 93  
Telefax: (03 51) 5 01 77 94  
E-Mail: [ortsverein@schwerhoerige-dresden.de](mailto:ortsverein@schwerhoerige-dresden.de)  
Internet: [www.schwerhoerige-dresden.de](http://www.schwerhoerige-dresden.de)
- Treff:  
bitte in der Beratungsstelle erfragen

#### Schwerhörigenkreis der Diakonie Dresden

- Wir über uns:  
Wir sind eine Gruppe älterer Hörgeräteträger, die wie andere Schwerhörige auch Probleme mit „Hören und Verstehen“ haben. Gehört wird immer etwas, aber längst nicht alles wirklich verstanden. Wichtig ist deshalb bei unseren Treffen, wirkliches Verstehen bei Austausch, Information und Geselligkeit zu üben. Willkommen in unserer Gruppe sind Hörgeräteträger und auch diejenigen, die (noch) kein Hörgerät besitzen, aber sich schon um gutes Verstehen bemühen müssen. Eine Schwerhörigen-Anlage ist vorhanden.
- Kontakt:  
Diakonie-Stadtmission Dresden e. V.

Ambulantes Behinderten-Zentrum, Begegnungsstätte

Hauptstraße 23, 01097 Dresden

Telefon: (03 51) 5 63 32 01

Telefax: (03 51) 5 63 32 02

E-Mail: [behindertenzentrum.bg@diakonie-dresden.de](mailto:behindertenzentrum.bg@diakonie-dresden.de)

Internet: [www.diakonie-dresden.de/abz](http://www.diakonie-dresden.de/abz)

- Treff:  
in der Regel jeden 4. Dienstag des Monats,  
14–16 Uhr  
Ambulantes Behinderten-Zentrum

#### Tinnitus

- Wir über uns:

Der Gruppe gehören Menschen an, die an chronischem Tinnitus erkrankt sind. Wir treffen uns monatlich und informieren dabei über mögliche Ursachen, bekannte sowie neue Therapien. Wir sind bemüht, dazu auch Fachleute, wie Ärzte, Psychologen, Apotheker und Heilpraktiker, einzuladen. Es werden Fachliteratur und aktuelle alternative Behandlungsangebote vorgestellt. Interessenten können offen den Erfahrungsaustausch mit anderen Hörgeschädigten suchen, jedoch keine fertigen Lösungen für ihre Probleme erwarten. Zum Jahresprogramm gehören außerdem Exkursionen und Besichtigungen von besonderen Einrichtungen mit anschließendem Erfahrungsaustausch. Wir arbeiten zusammen mit dem Ortsverein Schwerhörige Dresden e. V.

- Kontakt:  
über KISS  
Telefon: (03 51) 2 06 19 85
- Treff:  
Termin bitte über KISS erfragen  
DRK-Begegnungsstätte, Striesener Straße 39,  
01307 Dresden

## Netzhautdegeneration

Pro Retina Deutschland e. V., Regionalgruppe Dresden

- Wir über uns:
- Wir sind eine Selbsthilfvereinigung von Patienten mit Netzhautdegenerationen, deren Angehörigen, Freunden und Förderern.
- Wir informieren, beraten und leisten praktische Hilfe für die Betroffenen. Es gibt Ansprechpartner, die zu einzelnen Problemen, wie Hilfsmittel, soziale, berufliche, psychologische oder medizinische Fragen, beraten. In unserem Mitteilungsheft „Retina aktuell“ informieren wir laufend über Wichtiges und Neues auf dem Gebiet der Netzhautdegenerationen. Wir unterstützen die Forschung, regen selbst Forschungsprojekte an und fördern direkte Kontakte zwischen Patienten, Ärzten und Wissenschaftlern. Durch die „Stiftung zur Verhütung von Blindheit“ wird eine kontinuierliche Forschungsförderung ermöglicht.
- Kontakt:  
Elke Weichelt  
Leisnitz 48, 01705 Freital  
Telefon: (03 51) 6 44 52 21  
E-Mail: e.weichelt@gmx.de  
Internet: www.pro-retina.de

## ■ Sonstige Behinderungen

### Aphasie

Aphasiker und ihre Angehörigen

- Wir über uns:  
Aphasie ist eine erworbene Sprachstörung, die nach einer Schädigung der linken Gehirnhälfte auftreten kann. Ursache solch einer Schädigung ist in vielen Fällen ein Schlaganfall. Unsere Gruppe ist offen für Patienten und deren Angehörige.

- Kontakt:  
Peter Rother  
Gambrinusstraße 3, 01159 Dresden  
Telefon: (03 51) 4 72 96 65
- Treff:  
jeden 3. Freitag des Monats, 16 Uhr (außer Juli und August)  
Verband der Körperbehinderten der Stadt Dresden e. V.  
Strehleener Straße 24, 01069 Dresden

## Lippen-, Kiefer-, Gaumen-, Nasen-Fehlbildung

IFUS e. V. – Initiativvereinigung zur Förderung und Unterstützung von Spaltträgern e. V.  
Regionalgruppe Dresden

- Wir über uns:  
Unser Verein berät, betreut und begleitet Menschen mit einer Lippen-, Kiefer-, Gaumen-, Nasen-Fehlbildung.
- Kontakt:  
Inka Tenner  
Am Winkel 23, 01109 Dresden  
Telefon: (03 51) 8 80 70 83  
E-Mail: ifus-dresden@spaltkind.de  
Internet: www.spaltkind.de
- Treff:  
auf Einladung für Mitglieder und Interessenten nach Veranstaltungs- und Arbeitsplan

## Lowe-Syndrom

Gemeinnütziger Verein Lowe-Syndrom e. V.

- Wir über uns:  
■ Das Lowe-Syndrom kommt sehr selten vor und ist eine X-chromosomale erbliche Erkrankung, die nur bei Jungen auftritt. Die Jungen werden mit vielfältigen psychischen und physischen Behinderungen geboren und bedürfen einer ganz besonderen Zuwendung,

um ein verhältnismäßig normales Leben führen zu können.

- Unser Verein hat es sich zur Aufgabe gemacht, betroffene Familien aus ganz Deutschland zusammenzubringen, um einen Erfahrungsaustausch anzuregen. Wir möchten Hilfe zur Selbsthilfe bieten. Weiterhin streben wir an, den Aufbau eines Netzwerkes von behandelnden Ärzten zu unterstützen. Außerdem möchten wir den betroffenen Familien Therapiemöglichkeiten aufzeigen, Angebote der Frühförderung erörtern und die Hilfsmittelversorgung zur Erleichterung der häuslichen Betreuung erklären.
- Kontakt:  
Marion Arnold  
Elbwillenweg 5 c, 01139 Dresden  
Telefon/Telefax: (03 51) 8 48 25 99  
E-Mail: marion-jens-arnold@web.de  
Internet:  
<http://Lowesyndromgroups.multiply.com>
- Treff:  
Jahrestreffen im Oktober im Ferienhaus der Lebenshilfe Dresden-Gohlis

## ■ Psychische Erkrankungen

Selbsthilfenetzwerk für seelische Gesundheit in Sachsen in der Landesarbeitsgemeinschaft Psychiatrie-Erfahrener Sachsen

- Wir über uns:  
Wir sind ein freiwilliger und unabhängiger Zusammenschluss von Menschen aus Selbsthilfegruppen in Sachsen im psychosozialen Bereich und gemeinsam auf dem Weg zur Akzeptanz von Krisen als natürliche Bestandteile des Lebens und als Möglichkeit zur Reifung und Heilung. Wir sind auf der Suche nach hilfreichen Alternativen zur Psychiatrie und setzen uns dafür ein, dass unsere Erfahrungen geachtet, anerkannt und berücksich-

sichtigt werden. Gemeinsam wollen wir die regionale Selbsthilfearbeit weiter fördern und vernetzen.

- Kontakt:  
Karla Kundisch  
Sprechzeit jeden Dienstag 15–17 Uhr  
im Büro: Freiburger Straße 31, Raum 402, 01067 Dresden  
Telefon: (03 51) 49 76 98 29  
E-Mail: [selbsthilfedrei@yahoo.de](mailto:selbsthilfedrei@yahoo.de)

## Angehörige psychisch Kranker

Angehörige und Freunde psychisch Kranker e. V.

- Wir über uns:  
Trotz ihrer Häufigkeit sind die Symptome einer psychischen Erkrankung in der Bevölkerung so wenig bekannt, dass die Angehörigen mit Ratlosigkeit und Angst reagieren, wenn eine psychische Erkrankung in ihrer Familie auftritt. Menschen in der gleichen Lage können sich gegenseitig ermutigen, beraten und ihre Erfahrungen austauschen. Als Verein versuchen wir, die Belange psychisch erkrankter Menschen in der Gesellschaft zu vertreten und die Öffentlichkeit aufzuklären, um die Integration der Kranken zu ermöglichen und die Umwelt zum entsprechenden Umgang mit ihnen zu befähigen.
- Kontakt:  
Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle der Diakonie, Gisela Oehmichen  
Alaunstraße 84 Hinterhaus, 01099 Dresden  
Telefon: (03 51) 2 06 32 66  
Donnerstag 13.30–17.30 Uhr  
E-Mail: [info@apk-dresden.de](mailto:info@apk-dresden.de)  
Internet: [www.apk-dresden.de](http://www.apk-dresden.de)
- Treff:  
jeden 4. Donnerstag des Monats, 18 Uhr für Eltern, Geschwister und Freunde  
jeden 1. Donnerstag des Monats, 18 Uhr für

Ehepartner und Partner  
Psychoziale Kontakt- und Beratungsstelle  
der Diakonie, Alaunstr. 84 Hinterh., 01099 DD

## Angst

### Angst und Panik

- Wir über uns:  
Angst ist eine Schutzfunktion, aber wenn die Angst den Tagesablauf bestimmt und wir uns einschränken, vermeiden und isolieren, müssen wir etwas tun. Wir reden in unserer Gruppe über unsere Probleme, denn hier werden wir verstanden. Wir tauschen unsere Erfahrungen aus, wie wir die Angstsituation meistern oder hören einfach nur zu. Gemeinsame Aktivitäten und Übungen helfen uns, Selbstvertrauen aufzubauen.
- Kontakt:  
über KISS, Telefon: (03 51) 2 06 19 85  
E-Mail: [shg-angstd@web.de](mailto:shg-angstd@web.de)  
Internet: <http://shg-angst-dresden.lima-city.de>
- Treff:  
jeden 2. und 4. Mittwoch des Monats, 17 Uhr  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden

## Bipolare Störung

### Bipolar leben

- Wir über uns:  
Bipolare Menschen, auch als manisch-depressiv mit affektiver Störung bezeichnet, erleben große Stimmungsschwankungen. Wir sind eine Gruppe betroffener Frauen und Männer aus den verschiedensten Berufen und Altersgruppen, die sich monatlich in lockerer und freundlicher Atmosphäre treffen. Dabei finden wir:
  - gegenseitige Hilfe in einem geschützten Rahmen außerhalb des täglichen Umfelds

- aufmerksame und verständnisvolle Zuhörer
- die Möglichkeit, Informationen und Erfahrungen weiterzugeben und aufzunehmen.
- Kontakt:  
über KISS, Telefon: (03 51) 2 06 19 85
- Treff:  
jeden letzten Dienstag des Monats, 19.30 Uhr  
Begegnungsstätte DRK Kreisverband Dresden e. V., Striesener Straße 39, 01307 Dresden
- Sonstiges:  
Kontakt besteht zum Bundesverband für Psychiatrieerfahrene BPE e. V. und zum Netzwerk für seelische Gesundheit in Sachsen

## Borderline-Syndrom

### Selbsthilfegruppe Borderline-Syndrom

- Wir über uns:  
Unsere Mitglieder unterstützen sich gegenseitig bei Problemen, tauschen Erfahrungen aus. Der wöchentliche Treff ist kein Therapieersatz und wird nicht professionell angeleitet.
- Kontakt:  
Monika Klose  
Telefon: (01 76) 65 81 73 02  
E-Mail: [taximoni@hotmail.de](mailto:taximoni@hotmail.de)
- Treff:  
jeden Donnerstag, 16–18 Uhr  
Ort bei Monika Klose erfragen

### Angehörige Borderline-Erkrankter

- Wir über uns:  
Das Leben mit einem Borderline-Erkrankten ist oft wie ein Tanz auf dem Vulkan. Hinzu kommt, dass das Umfeld meist ablehnend reagiert. Unsere Gruppe bietet Eltern, Partnern oder Geschwistern einen Raum, um einfach mal zu reden und sich gegenseitig mit Rat und Tat zu unterstützen.
- Kontakt:  
Simone Zscheile

Telefon: (03 51) 6 50 22 40  
E-Mail: shg@sima-team.de  
Internet: www.borderline.dresden.de

- Treff:  
jeden letzten Mittwoch des Monats, 17.30 – 19.30 Uhr  
Klinikum Weißer Hirsch, Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie, Heinrich-Cotta-Straße 12, 01324 Dresden

## **Burnout**

### **Burnout**

- Wir über uns:  
Neben den Gruppengesprächen stehen die Erfahrungsberichte der Gruppenmitglieder (+ und -) im Vordergrund. Dabei unterstützen uns Vorträge von Therapeuten, Ärzten und Naturheilpraktikern.
- Kontakt:  
über Gesundheitszentrum Einklang  
Telefon: (03 51) 2 16 89 89  
E-Mail: info@einklang-dresden.de  
Internet: www.einklang-dresden.de/burnout
- Treff:  
jeden 1. und 3. Montag des Monats, 17.30 – 19 Uhr, Gesundheitszentrum Einklang, Pfaffensteinstraße 1 b, 01277 Dresden

## **Depressionen**

### **Depressionen und Ängste**

- Wir über uns:  
Unsere Selbsthilfegruppe ist offen für alle, die sich mit Gleichbetroffenen über ihre Krankheit austauschen und mit damit verbundenen Alltagsproblemen auseinandersetzen wollen. Wir fragen nach Ursachen, tauschen uns über Hilfsmöglichkeiten aus und machen uns Mut zur Bewältigung der Angst. Willkommen sind

auch die Erfahrungen von Menschen, die ihre Depressionen überwunden haben.

- Kontakt:  
Gudrun Heyne  
Telefon: (03 51) 8 80 56 40
- Treff:  
jeden 1. und 3. Mittwoch des Monats, 17 Uhr  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden

### **Depression und Ängste 50 plus**

- Wir über uns:  
Unsere 2009 gegründete Selbsthilfegruppe bietet über 50-Jährigen, die unter Depressionen leiden, einen geschützten Raum, um über Gefühle und Ängste frei zu reden. Das tut gut, denn oft finden Betroffene kein Verständnis in ihrem Umfeld.
- Kontakt:  
über KISS, Telefon: (03 51) 2 06 19 85
- Treff:  
jeden 2. und 4. Donnerstag des Monats, 15.30–17.00 Uhr  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden

### **Gesprächsrunde für junge Menschen mit seelischen Problemen**

- Wir über uns:  
Die Gruppe ist ein Angebot für junge Menschen bis 30 Jahre, ihre seelischen Probleme als Krankheit zu begreifen und Erfahrungen auszutauschen. Das persönliche Erleben und der Umgang mit der seelischen Erkrankung stehen im Vordergrund. Wenn der Wunsch besteht, kann die Gruppe auch gemeinsam etwas unternehmen. Gesprächsthemen und Unternehmungen werden von der Gruppe bestimmt.
- Kontakt:  
Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle der AWO Sonnenstein gGmbH  
Stephanie Richter  
Herzberger Straße 24/26, 01239 Dresden

Telefon: (03 51) 2 88 19 82  
E-Mail: kobs@awo-sonnenstein.de  
Internet: www.awo-sonnenstein.de

- **Treff:**  
montags 14-tägig, 18.30 Uhr  
Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle  
der AWO

#### Peripartale psychische Erkrankung Muttermilch und Tränen

- **Wir über uns:**  
„In der schwersten Krise meines Lebens kam unsere Tochter zur Welt. Doch statt Freude kam ein weiteres sehr langes, finsternes Jahr der Depression zu mir. Es gibt Situationen im Leben, wo wir alleine nicht klarkommen und es notwendig ist, die Hilfe anderer zu suchen und anzunehmen. Hier in der Gruppe fühlte ich mich endlich verstanden und schöpfte Kraft und Lebensmut.“ (Frau D., 34 Jahre)
- **Kontakt:**  
Kaleb-Zentrum  
Anne Weidlich, Uta Jarsumbek  
Telefon: (03 51) 8 01 44 32  
E-Mail: kontakt.sadmama@web.de
- **Treff:**  
jeden 1. und 3. Mittwoch des Monats, 11 Uhr,  
Kaleb-Zentrum, 1. Etage, Bautzner Straße 52,  
01099 Dresden
- **Sonstiges:**  
allgemeine Informationen zum Thema im Internet: [www.schatten-und-licht.de](http://www.schatten-und-licht.de)

#### SAD Selbsthilfe Aktiv mit Depression

- **Wir über uns:**  
SAD ist eine offene Selbsthilfegruppe und hat sich zum Ziel gesetzt, die Eigeninitiative von Menschen, die an Depressionen leiden, sowie von ihren Angehörigen zu fördern. Es sollen Wege aufgezeigt werden, die durch die Erkrankung eingeschränkten Möglichkeiten für ein weitestgehend selbstbestimmtes Le-

ben zu reaktivieren. Des Weiteren wollen wir gemeinsame Aktivitäten für Betroffene und Angehörige im Sinne der Hilfe zur Selbsthilfe anbieten und ein Netzwerk für den Informationsaustausch über etablierte Behandlungsmöglichkeiten sowie zur gegenseitigen Hilfe aufbauen. Die Arbeit der Gruppe orientiert sich an folgenden Grundsätzen:

- **Wir bieten keinen Ersatz für die notwendige professionelle Behandlung der Erkrankung durch Ärzte und Psychologen an.**
- **Jeder ist für sein Handeln und Tun selbst verantwortlich.**
- **Wir verfolgen keine politischen oder religiösen Interessen.**
- **Wir akzeptieren die Persönlichkeitsrechte eines jeden.**
- **Kontakt:**  
Jörg Freiershausen  
Holbeinstraße 46, 01307 Dresden  
Telefon: (03 51) 4 59 02 56 (ab 18 Uhr)  
E-Mail: [sad-dresden@yahoo.de](mailto:sad-dresden@yahoo.de)  
Internet: [www.sad-dresden.de](http://www.sad-dresden.de)
- **Treff:**  
jeden 2. und 4. Donnerstag des Monats  
17.30–19.15 Uhr, Kontakt- und Beratungsstelle der Gesop gGmbH, Michelangelostraße 11, 01217 Dresden

#### Die Anderen – Selbsthilfegruppe für Psychosebetroffene

- **Wir über uns:**  
Die Probleme werden nicht unbedingt kleiner, aber in einer Gemeinschaft wie unserer Selbsthilfegruppe können sie leichter ausgehalten werden. Informationen zur Erkrankung, Zeit zum Reden und gemeinsame Freizeitaktivitäten gehören zum Gruppenleben.
- **Kontakt:**  
Sandra Fiebig  
Telefon: (01 73) 6 67 51 62  
E-Mail: [sf\\_in\\_town@web.de](mailto:sf_in_town@web.de)



- **Treff:**  
jeden 1. und 3. Montag des Monats, 17–18 Uhr  
beim Selbsthilfenetzwerk für seelische Gesundheit Sachsen, Freiburger Straße 31,  
Raum 402, 01067 Dresden

#### Die Wölfe – Selbsthilfegruppe für Psychatriererfahrene

- **Wir über uns:**  
Unsere Gruppe ist Anlaufstelle für Menschen mit seelischen Sorgen und Psychatriererfahrene, die sich konstruktiv mit ihren Erfahrungen und Erlebnissen beschäftigen wollen. Ziel ist es, sich gegenseitig bei der Bewältigung des Alltags zu unterstützen, stabilisierende Strukturen aufrecht zu erhalten und somit auch eine Wiedereingliederung in die Gesellschaft zu erleichtern. In Form von kreativen Projekten, wie z. B. Ausstellungen, Kurse, Vorträge oder Veranstaltungen, möchten wir Angesprochene dazu ermuntern, sich mit ihrer Situation und sich selbst auseinanderzusetzen.
- **Kontakt:**  
E-Mail: [woelfe-selbsthilfegruppe@gmx.de](mailto:woelfe-selbsthilfegruppe@gmx.de)
- **Treff:**  
jeden 2. Dienstag des Monats, 19–21 Uhr  
Bürgertreff Altona, Behringstraße 34, 01159 Dresden

#### WABURA

- **Wir über uns:**  
Der Gruppenname steht für Wahrheit, Angst, Betroffen, Unfähig, Ruhelos, Aufbruch.  
In unserer Gruppe sind Menschen mit Depressionen, Phobien, Somatisierungsstörungen und/oder posttraumatischen Belastungsstörungen. Die monatlichen Gesprächsrunden helfen uns, mit unserer psychosomatischen Erkrankung im Alltag zu bestehen. Wir geben uns gegenseitig Halt, hören zu, motivieren uns und sehen uns als Begleiter in schwierigen

Lebenssituationen.

- **Kontakt:**  
über KISS  
Telefon: (03 51) 2 06 19 85
- **Treff:**  
jeden 1. Mittwoch des Monats, 18.30 Uhr  
Ort bitte erfragen

#### Hochsensibilität

##### Hochsensible

- **Wir über uns:**  
In unserer Gruppe treffen sich hochsensible Menschen, denen die entlastenden Gespräche helfen, mit der vorhandenen Empfindsamkeit besser umgehen zu können. Die Gruppe bietet einen Schutzraum, um Gedanken und Gefühle frei äußern zu können, da im persönlichen Umfeld und selbst in der Familie oft kein Verständnis zu finden ist.
- **Kontakt:**  
Yvonne Zschornack  
Telefon: (01 72) 5 25 61 86  
E-Mail: [dresden@hochsensibel.org](mailto:dresden@hochsensibel.org)
- **Treff:**  
jeden 2. Montag des Monats, 17–19 Uhr  
jeden 4. Donnerstag des Monats, 20–22 Uhr  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden

#### Messie-Syndrom

##### Dialog Dresden

Selbsthilfegruppe für Messie-Syndrom-Betroffene

- **Wir über uns:**  
In unserer über 15 Jahren bestehenden Gruppe sind etwa 25 Frauen und Männer aus allen Berufs- und Altersgruppen, die nicht mehr in der Lage sind, sich selbst, z. B. den eigenen Haushalt und andere Bereiche im Privatleben,

zu organisieren. Loslassen in Bezug auf Dinge, Zeit, Personen, Gedanken u.s.w. fällt uns täglich schwer. Wegwerfen wird zum Problem. Unordnung und Chaos bestimmen unser Leben, wofür wir uns schämen und Angst haben, jemanden in die Wohnung zu lassen. Wir leben in jahrelanger Isolation, und durch die Einschränkung des Lebensbereiches ist uns die Organisation des Alltags oft extrem erschwert. Jedoch im Beruf funktionieren wir meist.

Die Selbsthilfegruppe will bewirken, dass sich Betroffene nicht mehr ausgegrenzt, allein, unverstanden und schuldbeladen fühlen. Mit Gleichbetroffenen offen reden, Vertrauen aufbauen, gemeinsam nach den Hintergründen dieser Handlungsstörung suchen und uns auf unser Vorwärtsdenken und -handeln zu konzentrieren, sind unsere Ziele. Wir sind mit dem deutschlandweiten Netz der Messie-Selbsthilfegruppen über den Förderverein zur Erforschung des Messie-Syndroms (FEM) e. V. verbunden.

- Kontakt:  
über KISS  
Telefon: (03 51) 2 06 19 85  
Internet: [www.dresden.shg-sachsen.de](http://www.dresden.shg-sachsen.de)
- Treff:  
jeden 1. und 3. Sonnabend des Monats, 15 Uhr  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden
- Sonstiges:  
Bundesgeschäftsstelle der Messie-Selbsthilfegruppen und der Angehörigen-Selbsthilfe von Messies beim FEM e. V., Tegerstraße 15, 32825 Blomberg  
Telefon: (0 52 36) 88 87 95  
E-Mail: [femmessies@t-online.de](mailto:femmessies@t-online.de)  
Internet: [www.femmessies.de](http://www.femmessies.de)

## Psychisch Kranke

### Patientenclub

- Wir über uns:  
Wir sind eine Selbsthilfegruppe für Menschen mit psychischen Problemen, auch für Patienten nach Klinikentlassung. In unserer Gruppe wird keiner allein gelassen. Wir organisieren gegenseitige Hilfe, auch in Notfällen, bieten Gedächtnistraining, eine Theatergruppe, Spaziergänge an Wochenenden und vieles mehr an.
- Kontakt:  
Sabine Simon  
Telefon: (03 51) 4 04 37 33
- Treff:  
mittwochs 14-tägig, 15.30 Uhr  
Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle der Diakonie, Alaunstraße 84, 01099 Dresden

### Malwini – eine Malgruppe

- Wir über uns:  
■ Malwini ist eine Malgruppe für Menschen, die wissen (wollen), wie gut es tut, sich immer mal wieder selbst ein Bild zu machen.  
■ Bei uns malen Frauen und Männer gemeinsam, auch wenn unser Treffpunkt das Frauenbildungszentrum ist.
- Kontakt:  
Karla Kundisch  
Telefon: (03 51) 49 76 98 29 (nur Dienstag 15–17 Uhr)  
E-Mail: [selbsthilfedrei@yahoo.de](mailto:selbsthilfedrei@yahoo.de)
- Treff:  
jeden Montag und Donnerstag, ab 15.15 Uhr  
Frauenbildungszentrum, Oskarstraße 1, 01219 Dresden
- Sonstiges:  
Die Gruppe ist Mitglied im Kulturnetzwerk des Bundesverbandes Psychiatrie-Erfahrener BPE e. V. und im Netzwerk Selbsthilfe für seelische Gesundheit in Sachsen.

## Sozialphobie

### Sozialphobiegruppe

#### ■ Wir über uns:

Unsere Gruppe wurde im November 2002 gegründet und ist offen für alle Menschen, deren Leben mehr oder minder durch die soziale Phobie beeinträchtigt wird. Zu Beginn eines jeden Treffs teilen wir nacheinander freiwillig und kurz einige Worte zu unserem aktuellen Befinden, Erfolgserlebnissen oder Sorgen mit. Anschließend sprechen wir über dadurch aufgeworfene Themen oder Themenvorschläge, tauschen Erfahrungen aus und führen lockeren Smalltalk durch. Da Gesprächsführung und Reden vor anderen Personen zu unseren wesentlichen Problemen gehören, kommt es dabei auch zu Gesprächspausen. Diese helfen den Beteiligten, sich einleitende Sätze für die Darstellung ihres Anliegens zurechtzulegen. Gelegentlich wird Fachliteratur vorgestellt oder finden themenbezogene Veranstaltungen und Fachvorträge statt. Viele von sozialer Phobie Betroffene führen ein sehr zurückgezogenes Leben. Deshalb gehören gemeinsame Freizeitaktivitäten auch außerhalb der regulären Treffen zum Gruppenalltag.

#### ■ Kontakt:

E-Mail: [shg@sozialphobie-dd.de](mailto:shg@sozialphobie-dd.de)

Internet: [www.sozialphobie-dd.de](http://www.sozialphobie-dd.de)

#### ■ Treff:

jeden 1. und 3. Freitag des Monats, 18.30 Uhr  
Arbeitslosentreff Gorbitz, Leutewitzer Ring 21,  
01169 Dresden;

jeden 2. und 4. Freitag des Monats, 18.30  
Uhr, KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden

## Zwangserkrankung

### Zwangserkrankte und Angehörige

#### „Der Weg ist das Ziel“

#### ■ Wir über uns:

In unserer elf Jahre alten Selbsthilfegruppe sind Betroffene und Angehörige aller Altersgruppen. Ob Frau, ob Mann – gemeinsam versuchen wir, jeden Treff zu einer runden Sache zu machen. Sich gegenseitig zuhören, einander helfen, ein offenes und dennoch vertrauliches Mit- und Füreinander sind uns wichtig. „Herr Zwang“ und „Frau Depression“ sind Themen, bestimmen aber nicht allein den Abend. Die Möglichkeit, dass Betroffene und Angehörige sich besser verstehen lernen, gemeinsam nach Lösungen suchen und dass es möglich ist, Akzeptanz und Toleranz aufzubauen, wird als sehr positiv erlebt.

#### ■ Kontakt:

Sylvia Kalix

Telefon: (03 51) 3 27 18 99

(01 72) 3 76 68 56

E-Mail: [dresdenzwang@web.de](mailto:dresdenzwang@web.de)

#### ■ Treff:

jeden 1. Mittwoch des Monats, 18.30 Uhr,  
Praxisräume Dr. Jähnichen, Charlottenstraße  
38, 01099 Dresden

## ■ Psychische Probleme

### Co-Abhängigkeit

CoDa

Co-Dependents Anonymous, Anonyme Co-Abhängige

Selbsthilfegruppe für gesunde Beziehungen

#### ■ Wir über uns:

CoDa ist eine Gemeinschaft von Frauen und Männern, deren gemeinsames Problem die Unfähigkeit ist, gesunde Beziehungen einzugehen und aufrechtzuerhalten. Co-Abhängigkeit ist eine Beziehungsstörung in dem Sinne, dass wir uns in schädlicher und ungesunder Weise von anderen Menschen abhängig machen. Wir kommen zusammen, um unsere Erfahrung, Kraft und Hoffnung miteinander zu teilen in dem Bemühen, in unseren Beziehungen Freiheit und Frieden zu finden. Deshalb üben wir uns in den Meetings darin, uns selbst wahrzunehmen, wertzuschätzen und zu lieben, unabhängig davon, wie andere uns gerade sehen oder auf uns reagieren. Die einzige Voraussetzung für die Zugehörigkeit ist der Wunsch nach gesunden und erfüllenden Beziehungen zu uns selbst und zu anderen.

#### ■ Kontakt:

Christina

E-Mail: [tamkatina@googlemail.com](mailto:tamkatina@googlemail.com)

#### ■ Treff:

jeden Freitag, 19–20.30 Uhr, Stadtteilhaus Neustadt, 1. Stock, Prießnitzstraße 18, 01099 Dresden

#### ■ Sonstiges:

Internet: [www.coda-deutschland.de](http://www.coda-deutschland.de)

EA – Emotions Anonymous

Selbsthilfegruppe für seelische Gesundheit

#### ■ Wir über uns:

Emotions Anonymous ist eine Gemeinschaft von Menschen, die ihre ganze Erfahrung,

Kraft und Hoffnung miteinander teilen, um an ihren psychischen Problemen zu arbeiten. Wir sind mit keiner Sekte, Konfession, politischen Partei oder Organisation verbunden und erhalten uns selbst nur durch unsere freiwilligen Spenden. Wir kommen zusammen, um mit Hilfe des 12-Schritte-Programms eine neue Lebensweise zu lernen und zu üben. Wir können bei unseren Treffen alles sagen und haben die Gewissheit, dass das Gesagte unter uns bleibt. Wir respektieren die Anonymität eines jeden und stellen keine Fragen.

#### ■ Kontakt:

über KISS

Telefon: (03 51) 2 06 19 85

#### ■ Treff:

jeden Montag, 8–9.30 Uhr,

jeden Dienstag, 19–20.30 Uhr,

KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden

#### ■ Sonstiges:

Internet: [www.EmotionsAnonymous.de](http://www.EmotionsAnonymous.de)

### Fehlgeburt

Fehlgeburt, Totgeburt

#### ■ Wir über uns:

■ Wir sind Mütter und Väter, die um Kinder trauern, die wir durch Fehlgeburt, Frühgeburt, Totgeburt oder durch Abbruch nach medizinischer Indikation verloren haben. In unseren Gruppentreffen lernen wir andere Betroffene kennen und spüren das Wunder der Vertrautheit durch gleiches Erleben. Wir tauschen uns aus über das, was uns widerfahren ist, und gedenken unserer Kinder, die viel zu kurz bei uns waren. Es tut gut, im geschützten Rahmen weinen und klagen zu dürfen. Auch dann noch, wenn die Umgebung meint, es müsse nun gut sein. Informationen zu Fragen der Beistattung werden weitergegeben. Bücher zum Thema stehen zur Ausleihe bereit. Bei Berüh-

rungsängsten zur Selbsthilfegruppe kann ein vorheriges Einzelgespräch stattfinden.

- Aus Tradition winden wir bei unserem Treffen im November Kränze für unsere Kinder und beteiligen uns jedes Jahr an der Gestaltung des weltweiten Gedenktages am 2. Sonntag im Dezember 15 Uhr in Dresden auf dem Inneren Neustädter Friedhof.
- Neugegründet haben wir ein Treffen für Eltern, die nach ihrem Verlust neu schwanger sind und ihre Ängste miteinander tragen wollen.
- Kontakt:  
Kaleb-Zentrum, Margret Mehner  
Telefon: (03 51) 8 01 44 32  
E-Mail: [info@kaleb-dresden.de](mailto:info@kaleb-dresden.de)  
Internet: [www.kaleb-dresden.de](http://www.kaleb-dresden.de)
- Treff:  
jeden 3. Montag des Monats, 19.30 Uhr,  
Kaleb-Zentrum, 1. Etage, Bautzner Straße 52,  
01099 Dresden
- Sonstiges:  
Mitarbeit im Verein Sternenkinder Dresden e.V.  
[www.sternenkinder-dresden.de](http://www.sternenkinder-dresden.de)

## Frauen mit Gewalterfahrung

Frauen, die häusliche Gewalt erlebt haben

- Wir über uns:  
Häusliche Gewalt hat gravierende Auswirkungen, da sie im unmittelbaren Lebensumfeld stattfindet. Der Ort der Gewalt ist meist die eigene Wohnung und damit der persönlichste Platz eines Menschen. Gewalt zu erfahren von einer Person, die sehr vertraut ist oder war, zerstört das Selbstwertgefühl. Die Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe kann für betroffene Frauen neben Therapie und Beratung ein weiterer Schritt zum besseren Verständnis für sich selbst sein. Die angeleitete Gruppe bietet den Raum, sich auszutauschen und nach neuen Lösungsideen zu forschen.

- Kontakt:  
Frauzentrum \*sowieso\*, Angelikastraße 1,  
01099 Dresden  
Silke Röttig, Michaela Blisse  
Telefon: (03 51) 8 04 14 70  
E-Mail: [beratung@frauenzentrumsowieso.de](mailto:beratung@frauenzentrumsowieso.de)  
Internet: [www.frauzentrumsowieso.de](http://www.frauzentrumsowieso.de)
- Treff:  
Die Treffen finden in der Regel wöchentlich statt. Der Beginn richtet sich nach dem Stand der Anmeldungen.

Frauen, die sexualisierte Gewalt erfahren haben

- Wir über uns:  
Sexualisierte Gewalt ist ein schwerwiegender Eingriff in die Selbstbestimmung eines Menschen. Frauen und Mädchen leiden oft lange Zeit an den Folgen dieser Gewalt. Die Selbsthilfegruppe kann neben Therapie und Beratung ein weiterer Schritt zum besseren Verständnis für sich selbst sein. Sie bietet Raum, sich auszutauschen und nach neuen Lösungsideen zu forschen. Angeleitet wird die Gruppe von einer Mitarbeiterin des \*sowieso\* mit langjähriger Erfahrung und Begleitung gewaltbetroffener Frauen.
- Kontakt:  
Frauzentrum \*sowieso\*, Angelikastraße 1,  
01099 Dresden  
Silke Röttig, Michaela Blisse  
Telefon: (03 51) 8 04 14 70  
E-Mail: [beratung@frauenzentrumsowieso.de](mailto:beratung@frauenzentrumsowieso.de)  
Internet: [www.frauzentrumsowieso.de](http://www.frauzentrumsowieso.de)
- Treff:  
Die Treffen finden in der Regel wöchentlich statt. Ein- bis zweimal im Jahr beginnt eine neue Gruppe. Der Beginn richtet sich nach dem Stand der Anmeldungen.

## Mobbing

### Mobbing-Betroffene

#### ■ Wir über uns:

Die Selbsthilfegruppe wird von Teilnehmern gebildet, die ehemals Betroffene, in akuten Mobbingprozessen Befindliche oder an Prävention Interessierte sind. In unseren Gesprächen geht es – neben dem Erfahrungsaustausch – um das Aufzeigen von Wegen, aus den belastenden Konfliktsituationen herauszukommen und um Angebote für die Hilfe zur Selbsthilfe. Wir stehen dafür, von Mobbing betroffenen Menschen zuzuhören und in vertraulicher Atmosphäre die jeweilige Situation zu besprechen.

#### ■ Kontakt:

Hendrik Starfinger, c/o ver.di Dresden-Oberelbe, Cottaer Straße 2, 01159 Dresden  
Telefon: (03 51) 4 94 76 48  
E-Mail: [info@mobbing-dresden.de](mailto:info@mobbing-dresden.de)

#### ■ Treff:

jeden 1. und 3. Freitag des Monats, 16–18 Uhr  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden

#### ■ Sonstiges:

Mitglied im Präventionsnetzwerk gegen Mobbing  
Internet: [www.arbeitsschutz-sachsen.de](http://www.arbeitsschutz-sachsen.de)

## Trauer

### Trauerkreis Dresden

#### ■ Wir über uns:

Der Mut, mit anderen Betroffenen in Kontakt zu kommen und eigene Trauer zuzulassen, ist ein entscheidender Schritt im Trauerprozess. Unsere Selbsthilfegruppe bietet dafür einen geschützten Raum, in dem jeder zu sich selbst finden und von den Erfahrungen der anderen profitieren kann. Die Gestaltung der Abende liegt in den Händen der Gruppenmitglieder.

Die Themen reichen von den Möglichkeiten des Umgangs mit Trauer und Verlust über den Erfahrungsaustausch bei der Bewältigung alltagspraktischer Schwierigkeiten bis hin zu Spielen und Beschäftigung mit Kunst oder Musik, um die Freude im Leben wiederzufinden.

#### ■ Kontakt:

■ Claudia Bergmann

Telefon: (03 51) 8 88 88 42

#### ■ Treff:

jeden 1. Mittwoch des Monats, 15 Uhr  
ANTEA Bestattung, Großenhainer Straße 163,  
01129 Dresden

#### ■ Sonstiges:

kein Mitgliedsbeitrag

### Verwaiste Eltern

#### ■ Wir über uns:

Teilnehmen können Mütter und Väter, die ein Kind verloren haben durch Totgeburt, Frühtod, plötzlichen Säuglingstod, Krankheit, Unfall, Suizid oder Gewaltverbrechen – unabhängig von Alter, Geschlecht, Wohnort, Familienstand oder Konfession, ebenso betroffene Geschwister und Großeltern. Im schützenden Raum einer Gruppe von trauernden Müttern und Vätern und einer Gruppe von Geschwistern sprechen wir über den Tod unseres Kindes, unserer Schwester, unseres Bruders. Wir können Trauer, Verzweiflung und Hilflosigkeit zulassen und zeigen. Der Kontakt mit Gleichbetroffenen vermittelt das Gefühl, nicht allein zu sein auf dem langen und leidvollen Weg durch die Trauer. Die Begegnung mit länger Betroffenen kann Wege aufzeigen und zur neuen Orientierung verhelfen.

#### ■ Kontakt:

■ für Mütter und Väter:

Heike Schiffner

Telefon: (03 51) 4 16 06 09

E-Mail: [heike.schiffner@freenet.de](mailto:heike.schiffner@freenet.de)

- für Geschwister:  
Kerstin Gleißberg  
Telefon: (0 35 29) 52 18 84  
E-Mail: kerstin.gleissberg@web.de  
Internet: www.verwaiste-eltern-dresden.de

- Treff:
- für Mütter und Väter:  
jeden 1. Dienstag des Monats, 19 Uhr
- für Geschwister:  
Termine bitte erfragen bei Kerstin Gleißberg  
Evangelische Erwachsenenbildung, Tauscherstraße 44, 01277 Dresden

### Verlassene Eltern

- Wir über uns:  
Die Gruppe bietet Eltern, die von ihren Kindern verlassen oder verstoßen worden sind, die Möglichkeit, Angst und Hoffnung, Gedanken und Informationen miteinander zu teilen, sich gegenseitig Mut zu machen, neue Kontakte zu knüpfen – und Lebensfreude wieder einzuüben.
- Kontakt:  
E-Mail: dresden@verlassene-eltern.de  
Internet: www.verlassene-eltern.de
- Treff:  
bitte über KISS erfragen  
Telefon: (03 51) 2 06 19 85

### ■ Sucht

### **Alkohol und Medikamente**

#### AA – Anonyme Alkoholiker

- Wir über uns:  
Anonyme Alkoholiker sind eine Gemeinschaft von Männern und Frauen, die miteinander ihre Erfahrungen, Kraft und Hoffnung teilen, um ihr gemeinsames Problem zu lösen und anderen zur Genesung vom Alkoholismus zu helfen. Die einzige Voraussetzung für die Zu-

gehörigkeit ist der Wunsch, mit dem Trinken aufzuhören. Die Gemeinschaft kennt keine Mitgliedsbeiträge oder Gebühren; sie erhält sich durch eigene Spenden. Die AA sind mit keiner Sekte, Konfession, Partei, Organisation oder Institution verbunden; sie wollen sich weder an öffentlichen Debatten beteiligen noch zu irgendwelchen Streitfragen Stellung nehmen. Unser Hauptzweck ist, nüchtern zu bleiben und anderen Alkoholikern zur Nüchternheit zu verhelfen.

- Kontakt:  
Telefon: (01 73) 4 48 79 20
- Treff:
- jeden Montag und Mittwoch, 19.30–21.30 Uhr  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden
- jeden Donnerstag, 19 Uhr  
Arbeitslosentreff Gorbitz, Leutewitzer Ring 21, 01169 Dresden
- jeden Freitag, 17.30 Uhr  
Dreikönigskirche, Hauptstraße 23, 01097 Dresden
- jeden Sonntag, 9.30 Uhr  
Stadtteilhaus Neustadt, Prießnitzstraße 18, 01099 Dresden
- Sonstiges:  
Internet: www.anonyme-alkoholiker.de

#### Al-Anon-Familiengruppen

für Angehörige und Freunde von Alkoholikern

- Wir über uns:  
Die Al-Anon-Familiengruppen sind eine Gemeinschaft von Verwandten und Freunden von Alkoholikern, die ihre Erfahrung, Kraft und Hoffnung miteinander teilen, um ihre gemeinsamen Probleme zu lösen. Wir glauben, dass Alkoholismus eine Familienkrankheit ist und dass eine veränderte Einstellung die Genesung fördern kann.  
Al-Anon ist nicht gebunden an irgendeine Sekte, Konfession, politische Gruppierung, Organisation oder irgendwelche Institutio-

nen. Al-Anon geht auf keinen Meinungsstreit ein, bei Anliegen außerhalb der Al-Anon-Gemeinschaft wird kein Standpunkt befürwortet oder abgelehnt. Es gibt keine Mitgliedsbeiträge. Al-Anon erhält sich selbst durch die eigenen freiwilligen Zuwendungen. Al-Anon hat nur das eine Anliegen: den Familien von Alkoholikern zu helfen. Dies geschieht dadurch, dass wir selbst das 12-Schritte-Programm zur Genesung praktizieren, dass uns Angehörige von Alkoholikern willkommen sind und wir sie trösten, und dass wir dem Alkoholiker Verständnis entgegen bringen und ihn ermutigen.

■ **Kontakt:**

Telefon: (01 51) 21 78 15 34

■ **Treff:**

■ jeden Freitag, 18.30–20.30 Uhr, Reformierte Gemeinde, Brühlscher Garten 4, 01067 Dresden

■ jeden Montag, 19.30–21.30 Uhr (am 3. Montag offenes Meeting mit AA-Gruppe), KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden

■ **Sonstiges:**

Internet: [www.al-anon.de](http://www.al-anon.de)

### Angehörige Suchtkranker

■ **Wir über uns:**

In unserer Gruppe können Angehörige Suchtkranker (Alkohol, Drogen, Spielsucht u. a.) ganz ungeschminkt ihre Situation schildern und klären, welche Unterstützung sie sich wünschen. Diese Gespräche sind entlastend und geben das Gefühl, nicht allein zu sein mit dem Problem.

■ **Kontakt:**

Christina Gatzke

Telefon: (03 51) 4 60 47 31

■ **Treff:**

jeden 1. Montag des Monats, 17.30 Uhr Suchtberatungsstelle der Caritas, Görlitzer Straße 18, Hinterhaus, 01099 Dresden

Angehörige von Suchtkranken beim Diakonischen Werk – Stadtmission Dresden e. V.

■ **Wir über uns:**

Es gibt Hoffnung – suchen Sie den Weg zu uns, egal ob Sie Ehepartner, Eltern oder Freund sind.

■ **Kontakt:**

Ingeburg Krause

Telefon: (03 51) 8 80 73 39

Uwe Müller

Telefon: (03 51) 8 30 04 84

■ **Treff:**

jeden letzten Mittwoch des Monats, 18 Uhr Suchtberatungs- und Behandlungsstelle der Diakonie, Glacisstraße 42, Hinterhaus, 01099 Dresden

### Achilles

■ **Wir über uns:**

Unsere Selbsthilfegruppe für Menschen mit einer Alkoholkrankheit wurde im Juni 2008 gegründet. Fast alle Gruppenmitglieder haben eine stationäre bzw. ambulante Therapie gemacht. Der wöchentliche Gruppentreff soll helfen, die Abstinenz zu festigen.

■ **Kontakt:**

Holger Knoop

Telefon: (01 72) 3 60 07 74

E-Mail: [Knoope@tele2.de](mailto:Knoope@tele2.de)

■ **Treff:**

jeden Dienstag, 19 Uhr

Caritas Suchtberatungsstelle, Görlitzer Straße 18, 01099 Dresden

### Begegnungsgruppen

des Blauen Kreuz Deutschland e. V.

■ **Wir über uns:**

Die Blaukreuzgruppen sind eine Gemeinschaft von abstinentorientierten Menschen bei Alkohol- und Medikamentenabhängigkeit. Wir bieten eine vertrauliche Gruppenatmo-



sphäre, Gespräche und Vorträge zur Wirkung der Sucht und deren Überwindung, Einzelgespräche und auch Hausbesuche. Ziel ist es, über den christlichen Glauben wieder ein Leben ohne Suchtmittel aufzubauen.

- Kontakt:
- Begegnungsgruppe Dresden-Altstadt  
Bernd Jahn  
Telefon: (03 51) 32 34 83 62  
jeden Montag, 17 Uhr  
Brühlscher Garten 4, 01067 Dresden
- Begegnungsgruppe Dresden-Neustadt  
Bernd Suckut  
Telefon: (03 51) 8 01 30 58  
(01 71) 6 89 36 88  
E-Mail: [dresden-neustadt@blaues-kreuz.de](mailto:dresden-neustadt@blaues-kreuz.de)  
jeden Mittwoch, 17 Uhr  
Katharinenstraße 17, 01097 Dresden
- Begegnungsgruppe Dresden-Prohlis  
Christl Künzel  
Telefon/Telefax: (03 51) 2 81 47 90  
jeden Dienstag, 17.30 Uhr  
Georg-Palitzsch-Straße 2, 01239 Dresden
- Begegnungsgruppe Dresden-Mickten  
Uwe Müller  
Telefon: (03 51) 8 30 04 84  
jeden Montag, 17 Uhr  
Homiliusstraße 15, 01139 Dresden
- Begegnungsgruppe Sankt Pauli  
Volkmar Göhler  
Telefon: (01 60) 95 37 01 36  
jeden Montag, 17 Uhr  
Hechtstraße 78 a, 01127 Dresden
- Begegnungsgruppe Dresden-Striesen  
Undine Tscharnke  
Telefon: (03 51) 2 75 90 70  
jeden Montag, 16.45 Uhr  
Bergmannstraße 19, 01309 Dresden

Begegnungsgruppe für Suchtgefährdete  
Gemeindegruppe der Evangelisch-methodistischen Kirche Dresden-Cotta

- Wir über uns:  
Zielgruppe sind vorrangig Alkoholranke, aber auch Medikamentenabhängige. Die Gruppe ist für jeden offen, auch für Angehörige. Man muss nicht Mitglied der Kirche und auch nicht gläubig sein. In den Gruppenstunden wird über allgemeine Suchtprobleme und über spezielle Probleme der einzelnen Mitglieder gesprochen. Durch den Pastor unserer Kirchgemeinde wird begleitende Seelsorge angeboten.
- Kontakt:  
Barbara Liebschner  
Telefon: (03 51) 7 92 29 59
- Treff:  
jeden Donnerstag, 17.30 Uhr,  
Evangelisch-methodistische Kirche Dresden-Cotta  
Hühndorfer Straße 22, 01157 Dresden

Der Weg ist das Ziel – Selbsthilfegruppe für Suchtkranke

- Wir über uns:  
Der Weg ist das Ziel: nach einer abgeschlossenen ambulanten oder stationären Reha ist ein Suchtkranker nicht gleichzeitig auch geheilt. Um auf dem Weg der Abstinenz zu bleiben, schlagen wir gemeinsam in der Gruppe Brücken.
- Kontakt:  
über Suchtberatungsstelle der ISIS gGmbH  
Telefon: (03 51) 46 44 68 60
- Treff:  
jeden Donnerstag, 18–19.30 Uhr  
Suchtberatungsstelle der ISIS gGmbH, Hinterhaus  
Emil-Ueberall-Straße 22, 01159 Dresden

## Die Füchse

### ■ Wir über uns:

Wir sind eine Selbsthilfegruppe für Suchtkranke und geben uns gegenseitig Halt und Unterstützung. Eine abgeschlossene Therapie ist für die Teilnahme an den Gruppentreffen nicht unbedingt notwendig.

### ■ Kontakt:

Sandra Fiebig

Telefon: (01 73) 6 67 51 62

E-Mail: sf\_in\_town@web.de

### ■ Treff:

jeden Dienstag, 17 Uhr

Suchtberatungsstelle der GESOP gGmbH,  
Gasanstaltstraße 10, 01237 Dresden

## Die Glasklaren

### ■ Wir über uns:

Um die Herausforderungen des Lebens zu bewältigen, setzen wir uns in den Gruppengesprächen mit unserer Alkohol- oder Medikamentensucht auseinander. Dies geschieht in gegenseitiger Achtung, Ehrlichkeit, Vertrauen und mit aufgestellten Regeln. Um Erfolgserlebnisse zu schaffen, nutzen wir Angebote des Sportvereins, spielen zusammen Tischtennis oder gehen mit Angehörigen zum Bowling.

### ■ Kontakt:

Steffen Zimmert

Telefon: (01 62) 8 48 57 06

### ■ Treff:

bei Steffen Zimmert erfragen

## Die Trockenfrüchte

### ■ Wir über uns:

Wir sind trockene Alkoholiker nach Abschluss der Therapie. Unsere Gruppenziele sind die Sicherung der Abstinenz, die gleichberechtigte und gegenseitige Unterstützung bei der Bewältigung der jeweiligen Lebenssituation, Kontakt, Austausch, Verständnis, Beistand und Hilfe.

### ■ Kontakt:

über KISS

Telefon (03 51) 2 06 19 85

### ■ Treff:

jeden Donnerstag, 18–19.30 Uhr

Kulturraum Niedersedlitzer Straße 61, 01257 Dresden

Frauengruppe im Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Landesverband Sachsen e. V.

### ■ Wir über uns:

Unsere Gruppe besteht seit dem Jahr 2000. Wir treffen uns wöchentlich, um uns gegenseitig Kraft zu geben und zu motivieren, dass wir abstinent bleiben wollen. Aktuelle Themen und Probleme haben immer Vorrang. Wir stellen auch Bastel- und Handarbeiten her.

### ■ Kontakt:

Ramona Kiesewetter

Telefon: (03 51) 4 42 15 94

### ■ Treff:

jeden Dienstag, 16.30 Uhr

Suchtberatungsstelle der Caritas, Görlitzer Straße 18, Hinterhaus, 01099 Dresden

Gruppe im Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Landesverband Sachsen e. V.

### ■ Wir über uns:

Wir sind eine offene Gruppe von Betroffenen (Alkohol und Drogen) ohne Altersbegrenzung, meistens mit abgeschlossener Therapie. Unser Ziel ist, zufrieden abstinent zu bleiben.

### ■ Kontakt:

Kristina Epperlein

Telefon: (03 51) 2 51 26 45

### ■ Treff:

jeden Donnerstag, 17 Uhr

Suchtberatungsstelle der Caritas, Görlitzer Straße 18, Hinterhaus, 01099 Dresden

### Gesprächsgruppe Dreikönigskirche

- **Wir über uns:**  
Wir sind eine Gruppe beruflich engagierter Menschen aller Altersgruppen, die Probleme mit dem Alkohol haben. Jeder, der den Wunsch hat, abstinent zu bleiben (oder zu werden) ist willkommen. Es gibt bei uns keine weltanschauliche Bindung.
- **Kontakt:**  
Ulrike Fahle  
Telefon: (03 51) 3 19 01 13  
E-Mail: shg-dkk@gmx.de
- **Treff:**  
jeden Mittwoch, 17 Uhr  
Dreikönigskirche, Hauptstraße 23, 01097 Dresden

### GAMMA

- **Wir über uns:**  
Unserer Gruppe gehören ehemalige Alkohol- und Medikamentenabhängige an. Neben den wöchentlichen Gruppentreffen gehören auch die gegenseitige Hilfe bei alltäglichen Angelegenheiten, Ämtergängen, Renovierungen usw. sowie Freizeitunternehmungen zu unserem Programm.
- **Kontakt:**  
über Suchtberatungsstelle Horizont  
Telefon: (03 51) 4 20 77 38
- **Treff:**  
jeden Donnerstag, 16.30 Uhr  
Suchtberatungsstelle Horizont, Kesselsdorfer Straße 2, 01159 Dresden

### Gut drauf

- **Wir über uns:**  
Wir sind eine Gruppe von trockenen Alkoholikerinnen und Alkoholikern, die sich wöchentlich zum Austausch über die Sucht und Probleme des täglichen Lebens treffen. Wir geben Unterstützung bei Rückfällen, auch mit den Angehörigen, und unternehmen gemeinsam

### Freizeitaktivitäten.

- **Kontakt:**  
über Suchtberatungsstelle Horizont  
Telefon: (03 51) 4 20 77 38
- **Treff:**  
jeden Montag, 16.30 Uhr  
Suchtberatungsstelle Horizont, Kesselsdorfer Straße 2, 01159 Dresden

### Hirschgruppe 07

- **Wir über uns:**  
Zu unserem Gruppenleben gehören nicht nur die regelmäßigen Treffs, sondern auch gemeinsame Freizeitgestaltung und gegenseitige Hilfen im alltäglichen Leben. Wir führen auch persönliche Gespräche mit Betroffenen und Partnern über Wege aus der Sucht.
- **Kontakt:**  
Michael Renschen  
Telefon: (03 51) 3 27 76 19  
(01 77) 5 18 03 54
- **Treff:**  
jeden Mittwoch, 17 Uhr  
ASB „Prager Zeile“, St. Petersburger Straße 32, 01069 Dresden

### Hoffnung

- **Wir über uns:**  
Wir wollen Angehörigen Suchtkranker ein Wegbegleiter sein. Hilfe, Unterstützung und stets ein offenes Ohr sind uns genau so wichtig wie der Erfahrungsaustausch.
- **Kontakt:**  
Iris Götze-Vogt  
Telefon: (03 51) 4 12 55 40
- **Treff:**  
jeden 1. und 3. Dienstag des Monats, 16–17 Uhr  
Suchtberatungsstelle Horizont, Kesselsdorfer Straße 2, 01159 Dresden

## Lebenskünstler

### ■ Wir über uns:

Ziel unserer Gruppe ist es, unsere Mitglieder bei der Erhaltung der Alkoholabstinenz zu unterstützen. Neben dem wöchentlichen Treff organisieren wir auch gemeinsame Freizeit- und Bildungsaktivitäten. Neue Gruppenmitglieder sollten mindestens ein Jahr abstinent sein.

### ■ Kontakt:

Dietmar Keil

Telefon: (03 51) 4 08 29 78

E-Mail: dietmarkeil@gmx.de

### ■ Treff:

jeden Donnerstag, 18–19 Uhr  
Suchtberatungsstelle Horizont, Kesselsdorfer  
Straße 2, 01159 Dresden

## Lebenslicht – Selbsthilfegruppe für Suchtkranke

### ■ Wir über uns:

Die Sucht bedrohte unser Leben in dunkler Zeit. Wenn wir weiterhin gemeinsam auf unsere alltäglichen Probleme schauen, „das Licht anmachen“ und zusammen besser sehen, können wir unsere Lebensfreude und Gesundheit bewahren. Betroffene mit einer abgeschlossenen stationären oder ambulanten Reha sind willkommen.

### ■ Kontakt:

über Suchtberatungsstelle der ISIS gGmbH,  
Emil-Ueberall-Straße 22, 01159 Dresden

Telefon: (03 51) 46 44 68 60

### ■ Treff:

jeden Montag, 18–19.30 Uhr  
Suchtberatungsstelle der ISIS gGmbH, Hin-  
terhaus

## Lotus ZKW

### ■ Wir über uns:

Allen, die abstinent leben wollen, bieten wir einen vertraulichen Rahmen und helfen dabei, Selbstvertrauen und Selbstsicherheit

zurückzugewinnen. Die Gespräche dienen dazu, Rückfälle aufzuarbeiten, den Weg zu einer Therapie vorzubereiten und die ersten Schritte in ein neues Leben zu tun.

### ■ Kontakt:

Antje Bogott

Telefon: (01 63) 6 90 14 91

### ■ Treff:

jeden Mittwoch, 18–19.30 Uhr  
Suchtberatungsstelle der Caritas, Görlitzer  
Straße 18, Hinterhaus, 01099 Dresden

## Neuer Weg

### ■ Wir über uns:

Unserem Namen entsprechend wollen wir gemeinsam einen „neuen Weg“ gehen in ein Leben ohne Alkohol. Wir möchten als offene Gruppe all jene unterstützen, die dazu bereit sind.

### ■ Kontakt:

Maik Vogt

Telefon: (03 51) 4 12 55 40

E-Mail: Maik.Vogt1@gmx.net

### ■ Treff:

jeden Mittwoch, 18.30 Uhr  
Suchtberatungsstelle Horizont, Kesselsdorfer  
Straße 2, 01159 Dresden

## Ess-Störungen

### Frauen mit Ess-Störungen

### ■ Wir über uns:

Für viele Frauen und Mädchen mit Ess-Störungen wie Bulimie (Ess-Brechsucht) und Anorexie (Magersucht) kann eine Selbsthilfegruppe eine wichtige Unterstützung sein. Obwohl diesem Thema immer mehr öffentliche Beachtung geschenkt wird, sind Betroffene in der Bewältigung ihres Alltags nicht selten allein und fühlen sich unverstanden. Eine Gruppe gibt die Möglichkeit, mit den Problemen

nicht allein zu bleiben, Verständnis zu finden, sich auszutauschen und nach eigenen Lösungen zu suchen. Angeleitet wird die Gruppe von einer Mitarbeiterin von \*sowieso\*.

- **Kontakt:**  
Frauzentrum \*sowieso\*, Angelikastraße 1, 01099 Dresden  
Silke Röttig, Petra Schachtschabel  
Telefon: (03 51) 8 04 14 70  
E-Mail: [beratung@frauzentrumsowieso.de](mailto:beratung@frauzentrumsowieso.de)
- **Treff:**  
Die Treffen finden in der Regel wöchentlich statt. Ein- bis zweimal im Jahr beginnt eine neue Gruppe. Der Beginn richtet sich nach dem Stand der Anmeldungen.

#### Frauen mit Ess-Sucht / Binge Eating

- **Wir über uns:**  
Frauen und Mädchen mit Ess-Sucht fühlen sich in „gemischten“ Gruppen Essgestörter häufig als Außenseiterinnen. Sie unterliegen zusätzlichem äußeren Druck durch gesellschaftliche Abwertung des Dickseins, medizinischen Diagnosen und Mahnungen zur Gewichtsreduzierung. Oft geht es dabei ausschließlich um das Übergewicht, und die Ess-Störung wird mit ihrer Dynamik zu wenig betrachtet. Deshalb soll eine spezielle Gruppe Betroffenen Unterstützung geben.
- **Kontakt:**  
über Frauzentrum \*sowieso\*, Angelikastraße 1, 01099 Dresden  
Michaela Blisse, Silke Röttig  
Telefon: (03 51) 8 04 14 70  
E-Mail: [frauen.sowieso@gmx.de](mailto:frauen.sowieso@gmx.de)  
Internet: [www.frauzentrumsowieso.de](http://www.frauzentrumsowieso.de)
- **Treff:**  
Die Treffen finden in der Regel wöchentlich statt und werden von einer Beraterin begleitet. Der Beginn richtet sich nach dem Stand der Anmeldungen.

#### OA – Overeaters Anonymous

- **Wir über uns:**  
Anonyme Ess-Süchtige sind eine Gemeinschaft von Menschen, die ein Problem verbindet: das zwanghafte Essen. Sie haben sich zusammengeschlossen, um dieses Problem zu lösen, indem sie ihre Erfahrung, Kraft und Hoffnung miteinander teilen und sich gegenseitig unterstützen. Wir heißen jeden willkommen, der mit dem zwanghaften Essen aufhören will. Mitglied in unserer Gruppe sind Magersüchtige, Bulimiker, Ess-Süchtige, die bereit sind, mit dem zwanghaften Essen aufzuhören. OA ist mit keiner öffentlichen oder privaten Organisation, politischen Bewegung, Ideologie oder Religion verbunden; wir nehmen keine Stellung zu Fragen außerhalb unserer Gemeinschaft. Wir arbeiten nach einem 12-Schritte-Programm von OA. Es gibt keine Mitgliedsbeiträge oder Gebühren; wir erhalten uns selbst durch unsere eigenen Spenden.
- **Kontakt:**  
Carla  
Telefon: (03 51) 4 01 36 32
- **Treff:**  
jeden Donnerstag, 18.30 Uhr  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden

#### ■ Eltern, Kind

AD(H)S  
im Verein Lichtkinder e. V.

- **Wir über uns:**  
Unter dem Motto „Du brauchst nicht alles allein tragen. Gemeinsam kann man vieles bewegen.“ haben wir uns als Eltern von Kindern mit Aufmerksamkeits- und Konzentrationschwäche als Selbsthilfegruppe zusammengefunden. Im regelmäßigen Erfahrungsaustausch werden neue Impulse und Anregungen vermittelt, auch in einer intensiven Aufklä-

rungsarbeit für Lehrer und Erzieher.

■ Kontakt:

Lichtkinder e. V.

Ursula Ines Keil

Telefon: (03 51) 3 12 57 17

E-Mail: [info@lichtkinder-ev.de](mailto:info@lichtkinder-ev.de)

Internet: [www.lichtkinder-ev.de](http://www.lichtkinder-ev.de)

■ Treff:

jeden 3. Dienstag des Monats, 20 Uhr  
Tzschimmerstraße 30, 01309 Dresden  
Interessenten bitte telefonisch anmelden.

Eltern für Kinder e. V.

■ Wir über uns:

Aus dem Verein Väteraufbruch für Kinder e. V. hervorgegangen, wollen wir neue Wege beschreiten und Ansprechpartner für getrennt lebende Mütter und Väter, ebenso wie für Großeltern, Stiefeltern und auch Pflegeeltern sein. Wir stehen ein z. B. für:

■ Alle Kinder haben das Recht auf persönliche Fürsorge durch ihre leiblichen Eltern.

■ Alle umgangsverpflichteten Elternteile haben die Pflicht, (nicht nur finanziell) für ihr Kind zu sorgen.

■ Alle sorgeberechtigten Elternteile haben die Pflicht, (nicht nur emotional) für ihr Kind zu sorgen.

■ gemeinsame elterliche Verantwortung auch nach Trennung und Scheidung

■ gemeinsame elterliche Sorge als fest verankertes Grundrecht

■ Kontakt:

Michael Anacker

Telefon: (01 52 09) 90 55 77

E-Mail: [info@hannig-partner.de](mailto:info@hannig-partner.de)

Internet: [www.elternfuerkinderev.de](http://www.elternfuerkinderev.de)

■ Treff:

jeden 1. Mittwoch des Monats (außer Juli und August), 19.30 Uhr  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden

Legasthenie und Dyskalkulie

■ Wir über uns:

Kinder mit Legasthenie oder Dyskalkulie benötigen im Schulalltag besondere Unterstützung und Förderung, um einen begabungsgerechten Abschluss zu erreichen. Sie sind keine Schulversager, sondern durchschnittlich bis überdurchschnittlich intelligent. Werden die Teilleistungsstörungen in Deutsch und Mathematik früh erkannt und therapiert, können seelische Störungen vermieden werden. Unser Erfahrungsaustausch dient der Unterstützung betroffener Kinder und ihrer Angehörigen.

■ Kontakt:

Anke Schneider de Mena

Telefon: (03 51) 2 88 29 04

E-Mail: [info@legasthenie-sachsen.de](mailto:info@legasthenie-sachsen.de)

Internet: [www.legasthenie-sachsen.de](http://www.legasthenie-sachsen.de)

■ Treff:

bitte bei Anke Schneider de Mena erfragen

■ **Besondere soziale Lebenssituationen**

Selbsthilfegruppe für Wohnungslose, von Wohnungslosigkeit bedrohte und ehemals wohnungslose Menschen

■ Wir über uns:

Das Leben in der extremen Lebensnotlage „Wohnungslosigkeit“ ist für Betroffene mit sehr einschneidenden Erfahrungen in den bis dahin erlebten Alltag verbunden. Dazu zählen Isolation, Ausgrenzung und Ohnmachtgefühle. In der Folge entwickeln sich Wünsche nach Dingen, die für viele Nichtbetroffene zur Normalität gehören: Gespräche, soziale Kontakte und kulturelle Unternehmungen bis hin zu sozialpolitischen Aktivitäten. Mit Gründung der Selbsthilfegruppe im Jahr 1995 konnte eine Basis für die Verwirklichung geschaffen werden. Bei der gemeinsamen Planung und

Durchführung von Aktivitäten können unterschiedliche Kompetenzen genutzt werden. Die Gruppenmitglieder profitieren voneinander und verschaffen sich Erfolgserlebnisse, wodurch sich wieder Selbstvertrauen und Zuversicht entwickeln. Zum Gruppenalltag gehören z. B. die Herstellung von Wachsmalkarten, eigene Fotoausstellungen, Theater-, Kino- und Museumsbesuche, Skatturniere, Weihnachtsbacken, gemeinsamer Campingurlaub. Die Gruppe ist generell offen für alle interessierten Betroffenen.

- Kontakt:  
Diakonisches Werk, Stadtmission Dresden,  
Wohnungslosenhilfe „Niklashof“  
Edmund Lawrenz  
Telefon: (03 51) 8 03 87 32  
E-Mail:  
wohnungslosenhilfe@diakonie-dresden.de
- Treff:  
in Absprache mit dem Ansprechpartner

## ■ Sexualität

Eltern und Angehörige von Transgendern und Homosexuellen

- Wir über uns:
  - Wir können Erfahrungen austauschen, einander zuhören und uns gegenseitig Kraft geben.
  - Wir versuchen, uns gegenseitig zu stützen und Mut zu machen.
  - Wir wollen die Transidentität, Homo- und Bisexualität unserer Kinder als deren eigene Lebensweise tolerieren und akzeptieren.
  - Wir wollen unsere Töchter und Söhne so annehmen, wie sie sind.
  - Wir möchten die Gesellschaft für dieses Thema öffnen.
- Kontakt:  
Holger Klotzsche  
Telefon: (03 51) 8 30 23 69

E-Mail: [HKlotzsche@web.de](mailto:HKlotzsche@web.de)

- Treff:  
bei Holger Klotzsche erfragen

Gerede e. V.

- Wir über uns:  
Gerede e. V. versteht sich als Interessenvertretung für Lesben, Schwule, Bi- und Transsexuelle sowie deren Angehörige. Wir leisten Lebenshilfe für Menschen, welche durch ihre sexuelle Identität in Konflikt mit der Gesellschaft und infolgedessen mit sich selbst geraten. Außerdem leisten wir Aufklärungsarbeit im Rahmen der Jugendhilfe. Dabei verstehen wir uns als Plattform, um integrative und emanzipatorische Angebote und Projekte zur Teilhabe in Dresden und Umgebung zu fördern und zu unterstützen. Unser Ziel ist, die gesellschaftliche Akzeptanz auch von Homo-, Bi- und Transsexualität als eine Möglichkeit von Liebe und Sexualität zu erreichen.

- Kontakt:  
Gerede e. V.  
Prießnitzstraße 18, 01099 Dresden  
Telefon: (03 51) 8 02 22 51  
Telefax: (03 51) 8 02 22 60  
E-Mail: [kontakt@gerede-dresden.de](mailto:kontakt@gerede-dresden.de)  
Internet: [www.gerede-dresden.de](http://www.gerede-dresden.de)

S.L.A.A. – Anonyme Sex- und Liebessüchtige

- Wir über uns:  
Anonyme Sex- und Liebessüchtige sind eine Gemeinschaft von Männern und Frauen, die sich gegenseitig helfen, nüchtern zu bleiben. Wir bieten jeder/jedem Hilfe an, die/der süchtig nach Sex und/oder „Liebe“ ist und etwas dagegen tun möchte. Wir wissen, wie man sich mit dieser Krankheit fühlt. Und wir haben durch S.L.A.A. gelernt, wie man davon genesen kann.
- Kontakt:  
Dirk

Telefon: (01 76) 96 97 69 45  
Infotelefon S.L.A.A.: (07 00) 75 22 75 22  
E-Mail: [slaa\\_dd@web.de](mailto:slaa_dd@web.de)  
Internet: [www.slaa.de](http://www.slaa.de)

- **Treff:**  
jeden Montag, 20 Uhr  
Ort bitte telefonisch erfragen

#### Trans ID

- **Wir über uns:**  
Jenseits der gängigen Schubladen von Geschlecht, männlich oder weiblich, steht „trans ID“. Transsexuelle, Transvestiten, Transidenten und ihre Freunde und Partner treffen sich zum Reden, tauschen Erfahrungen aus, helfen sich gegenseitig und veranstalten Themenabende.
- **Kontakt:**  
über Gerede e. V., Prießnitzstraße 18, 01099 Dresden  
Telefon: (03 51) 8 02 22 51  
E-Mail: [trans-id@gerede-dresden.de](mailto:trans-id@gerede-dresden.de)
- **Treff:**  
jeden 2. Sonnabend des Monats, 19 Uhr  
im Gerede e. V.

#### ■ **Alter, Senioren**

Bund der Ruhestandsbeamten, Rentner und Hinterbliebenen (BRH) e. V.

Ortsverband Dresden

- **Wir über uns:**  
Der BRH bietet allen Senioren und Vorruheständlern, die dem Öffentlichen Dienst angehörten, eine geistige Heimat. Den Mitgliedern wird Unterstützung bei den Problemen des Übergangs vom Arbeitsleben in den Ruhestand gewährt. Weiterhin können sich die Mitglieder Rat und Hilfe in den wöchentlichen Sprechstunden sowie Gruppenversammlungen holen. Die Mitglieder treffen sich zu gemein-

schaftlichen Unternehmungen wie Wandern, Vorträgen, Besuch von Sehenswürdigkeiten und Busfahrten nach einem Veranstaltungsplan der Gruppen. Auch Nichtmitglieder können unsere Veranstaltungen besuchen.

- **Kontakt:**  
jeden Dienstag, 9–12 Uhr  
KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden  
Telefon: (03 51) 5 00 76 35 (nur in der angegebenen Zeit)

Deutsches Sozialwerk DSW e. V.  
Gruppe Dresden und Umgebung

- **Wir über uns:**  
Seit 1991 betreuen ehrenamtlich tätige Mitglieder unseres Vereins alleinstehende, gehbehinderte und kranke Senioren in deren Wohnungen oder in Senioren- und Pflegeheimen in Dresden und Radebeul. In 10 Interessengemeinschaften, wie z. B. im Literaturkreis, Dia-Zirkel, bei Stadtpaziergängen, beim Wandern, Singen, Gedächtnistraining, künstlerischen Basteln und bei technischen Exkursionen, erleben die Mitglieder Geselligkeit in der Gemeinschaft. Für unsere Mitglieder organisieren wir auch Gartenfeste, Advents- und Weihnachtsfeiern, Busreisen und PKW-Fahrten für Gehbehinderte. Wir helfen Menschen aus dem Alleinsein, indem wir sie in unsere Gemeinschaft einbeziehen, ihnen geistige Anregung und gemeinsames Erleben bieten.
- **Kontakt:**  
Geschäftsstelle des DSW, Bertolt-Brecht-Allee 22, 01309 Dresden,  
Telefon: (03 51) 31 99 33 50
- **Treff:**  
Sprechzeit in der Geschäftsstelle: jeden 2. und 4. Dienstag des Monats, 10–12 Uhr  
Die vielfältigen Veranstaltungen sind dem Quartals-Programm zu entnehmen.



## Jahresringe

Verband für Vorruhestand und aktives Alter e. V.

### ■ Wir über uns:

Unser Verein wurde 1991 gegründet als Selbsthilfverein für Menschen, die sich im Vorruhestand, im Altersübergang oder in Rente befinden. Wir verstehen uns als Interessenvertreter für Menschen, die auch im Alter nach einem gesellschaftlichen Gebrauchtwerden mit neuen Lebenszielen streben.

Wir treten für eine sinnvolle Gestaltung des dritten Lebensabschnittes, für gegenseitige Hilfe und solidarische Unterstützung ein. Unsere Interessen- und Arbeitsgruppen beschäftigen sich mit Bildung, Kultur, Sport, allgemein interessierenden Alltagsfragen und gemeinsamer Freizeitgestaltung.

### ■ Kontakt:

jeden Freitag, 9–11.30 Uhr

KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden

Telefon: (03 51) 5 00 76 35 (nur in der angegebenen Zeit)

### ■ Treff:

Die Termine für alle Aktivitäten und Veranstaltungen können den Monatsplänen entnommen werden.

### ■ Sonstiges:

Es werden ein Eintrittsbeitrag, monatliche Mitgliedsbeiträge und ein Jahreshaftpflichtbeitrag erhoben.

Internet: [www.sachsen-info.com/senior](http://www.sachsen-info.com/senior)

■ menschlichen Beistand und persönliche Betreuung nach der Straftat

■ Hilfestellung im Umgang mit Behörden

■ Begleitung zu Gerichtsterminen

■ Vermittlung von Hilfen anderer Organisationen

■ Unterstützung bei materiellen Notlagen im Zusammenhang mit der Straftat, u. a. durch Beratungsscheck für eine kostenlose Erstberatung bei einem frei gewählten Anwalt

■ Übernahme weiterer Anwaltskosten, insbesondere zur Durchsetzung sozialrechtlicher Ansprüche sowie zur Wahrnehmung von Opferschutzrechten im Strafverfahren

■ Erholungsmaßnahmen für Opfer und ihre Familien

■ finanzielle Zuwendungen zur Überbrückung der Tatfolgen.

### ■ Kontakt:

Telefon: (0 15 15) 5 16 46 21

### ■ Treff:

Sprechstunde: jeden 2. und 4. Montag des Monats, 16–18 Uhr

KISS, Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden

Telefon: (03 51) 5 00 76 35  
nur in der angegebenen Zeit

### ■ Sonstiges:

bundesweites Opfer-Telefon: 116006

## ■ Soziale Initiativen

WEISSER RING e. V.

Gemeinnütziger Verein zur Unterstützung von Kriminalitätsoptionen und zur Verhütung von Straftaten e. V., Außenstelle Dresden

### ■ Wir über uns:

Der WEISSE RING kann Opfern helfen durch

# Anhang

## ■ Stichwortverzeichnis

AA – Anonyme Alkoholiker	53	Bipolare Störung	44
AD(H)S	59	Bluthochdruck	14
Adipositas	13	Blutungsleiden	19
AIDS	13	Borderline-Syndrom	44
Al-Anon	53	Borreliose	14
Alkoholismus	53	Bronchitis	13
Allergien	13	Bulimie	58
Alzheimer	14	Burnout	45
Amyotrophe Lateralsklerose	24	Chorea Huntington	15
Angehörige		Chronisches Erschöpfungssyndrom	16
■ von Alkoholikern	53	Co-Abhängigkeit	50
■ Demenzkranker	14	Cochlea Implant	39
■ Homosexueller	61	Colitis ulcerosa	23
■ Pflegebedürftiger	29	Darmerkrankungen	23
■ psychisch Kranker	43	Defibrillatorträger	20
■ Suchtkranker	54	Depression	45
■ von Transgendern	61	Deutsches Sozialwerk	62
Angst	44	Diabetes	16
Aphasie	42	Dialyse	26
Apherese	26	Down-Syndrom	38
Arthrose	14	Dyskalkulie	60
Asthma	13		
Augenleiden	42	EA – Emotion Anonymous	50
Autismus	36	Eltern	
		■ behinderter Kinder	38
Bandscheibenschäden	36	■ hörgeschädigter Kinder	40
Bechterew	22	■ für Kinder	60
Binge Eating	59	■ muskelkranker Kinder	24

■ schwerhöriger Kinder	40	Legasthenie	60
■ verlassenene	52	Lesben	61
Epilepsie	18	Leukämie	34
Ertaubte	39	Liebessucht	61
Ess-Störungen	58	Lipödem	22
Ess-Sucht	58	Lippen-, Kiefer-, Gaumen-, Nasenspalte	42
		Lowe-Syndrom	42
Fehlgeburt	50	Lupus Erythematodes	21
Fibromyalgie	18	Lymphödem	22
Fragiles-X-Syndrom	38	Lymphome	34
Frauen			
■ mit Gewalterfahrung	51	Magersucht	58
■ sexuell missbrauchte	51	Manisch-depressive Erkrankung	44
■ unfruchtbare	30	Medikamentenabhängige	53
Frauenselbsthilfe nach Krebs	33	Messias	47
FSME	14	Migräne	16
		Mobbing-Betroffene	52
Gefäßerkrankte	20	Morbus	
Gehörschaden	39	■ Bechterew	22
Gewalt, häusliche	51	■ Crohn	23
Glasknochenkrankheit	27	■ Parkinson	28
Guillain-Barré-Syndrom	19	■ Recklinghausen	23
		Multiple Sklerose	23
Hämophilie	19	Muskelerkrankungen	24
Hauterkrankungen	19	Myasthenie	25
Herz-Kreislauf-Erkrankte	20		
Herzschrittmacher	20	Natürliche Lebensweise	25
Herztransplantierte	20	Netzhautdegeneration	42
HIV	13	Neurofibromatose	23
Hochsensibilität	47	Nierenerkrankung	26
Homosexuelle	61		
Hörgeschädigte	39	OA – Overeaters Anonymous	59
Huntington	15	Organspende	26
Hydrocephalus	39	Organtransplantation	26
		Osteogenesis imperfecta	27
Insulinpumpenträger	18	Osteoporose	27
Kehlkopfloose	34	Parkinson	28
Kinderlosigkeit	30, 50	Peripartale psychische Erkrankung	46
Körperbehinderte	37, 38	Pflegende Angehörige	29
Kriminalitätsoffer	63	Poliomyelitis	29
		Polyzistisches Ovarialsyndrom	30

Prostatakrebs	35	Weisser Ring	63
Psoriasis	19	Wirbelsäulenerkrankte	36
Psychisch Kranke	43	Wohnungslosigkeit	60
Restless-Legs-Syndrom	30	Zeckenbiss	14
Rheuma	30	Zwangserkrankte	49
Ruhestand	62		
Sarkoidose	31		
Schlafapnoe	31		
Schlafstörungen	31		
Schlaganfall	32		
Schmerzen, chronische	16		
Schuppenflechte	19		
Schwerhörige	39		
Schwule	61		
Seelische Gesundheit	48		
Senioren	62		
Sexsucht	61		
Sexuell missbrauchte Frauen	51		
Sjögren-Syndrom	32		
Sklerodermie	32		
Skoliose	36		
Sozialphobie	49		
Spaltträger	42		
Spina bifida	39		
Stomaträger	34, 35		
Sucht	53		
Tinnitus	39		
Totgeburt	50		
Trauer	52		
Tumorerkrankungen	33		
Überaktives Kind	59		
Übergewicht	58		
Urostomie	36		
Verwaiste Eltern	52		
Von-Willebrand-Jürgens-Syndrom	19		
Vorruhestand	62		

## ■ Weitere Selbsthilfegruppen in Dresden

Die Veröffentlichung in diesem Wegweiser ist für die Selbsthilfegruppen freiwillig. Aus diesem Grund sind in dieser Broschüre nicht alle Gruppen, die in Dresden aktiv sind, vertreten. Zu folgenden Themen gibt es weitere Selbsthilfegruppen:

- Blinde
- Cystische Fibrose oder Mukoviszidose
- Drogenprobleme
- Eltern herzkranker Kinder
- Eltern krebskranker Kinder
- Eltern epileptischer Kinder
- Gehörlose
- Heredo Ataxie
- Hypophysenerkrankte
- Pflege- und Adoptiveltern
- Selbsterfahrungsgruppen
- Stimmenhören
- Trennung/Lebenskrise
- Väteraufbruch

Kontakte zu diesen Gruppen über KISS,  
Ehrlichstraße 3, 01067 Dresden,  
Telefon: (03 51) 2 06 19 85

Für die finanzielle Unterstützung zur Herausgabe dieser Broschüre bedanken wir uns bei der Gemeinschaftsförderung Selbsthilfe der Gesetzlichen Krankenversicherung im Freistaat Sachsen.





[www.dresden.de/selbsthilfe](http://www.dresden.de/selbsthilfe)

## Impressum

Herausgeberin:  
Landeshauptstadt Dresden  
Die Oberbürgermeisterin

Sozialamt  
Telefon (03 51) 4 88 48 61  
Telefax (03 51) 4 88 48 28  
E-Mail: [sozialamt@dresden.de](mailto:sozialamt@dresden.de)

Büro der Oberbürgermeisterin  
Abteilung Öffentlichkeitsarbeit  
Telefon (03 51) 4 88 23 90  
und (03 51) 4 88 26 81  
Telefax (03 51) 4 88 22 38  
E-Mail: [presse@dresden.de](mailto:presse@dresden.de)

Postfach 12 00 20, 01001 Dresden  
[www.dresden.de](http://www.dresden.de)

Zentraler Behördenruf 115 – Wir lieben Fragen

Redaktion:  
Marion Panek, Ina Richter

Gestaltung und Herstellung:  
designXpress dresden – Werbeagentur

5. (aktualisierte) Auflage, November 2011

Kein Zugang für elektronisch signierte und verschlüsselte Dokumente. Verfahrensanhträge oder Schriftsätze können elektronisch, insbesondere per E-Mail, nicht rechtswirksam eingereicht werden. Dieses Informationsmaterial ist Teil der Öffentlichkeitsarbeit der Landeshauptstadt Dresden. Es darf nicht zur Wahlwerbung benutzt werden. Parteien können es jedoch zur Unterrichtung ihrer Mitglieder verwenden.